



Deutsche Tang Soo Do Vereinigung e.V.

gemeinnützig

Verband für traditionelles Tang Soo Do
Mitglied in der World Tang Soo Do Association
Mitglied im DDK e.V. und BSK



German TSD Newsletter

September 2013



Erfahrungsbericht aus über 45 Jahren Trainer Dasein.

Vor einiger Zeit fragten mich mal einige Schwarzgurte, Sah Bum Nim, wie machst Du es eigentlich, dass bei deinem Training für uns immer etwas als Lerneffekt herauskommt. Hast Du da ein spezielles Konzept? Diese Frage veranlasste mich einmal, meine persönlichen Erfahrungen im Laufe eines langen Trainerdaseins Revue passieren zu lassen.

Vor 48 Jahren fing ich im Alter von 19 Jahren in Bonn mit dem Training von Judo in einer privaten Judoschule an. Mein damaliger Trainer war damals ein dritter Dan und ehemaliger Fremdenlegionär, sehr groß und sehr muskulös, mit etwas rauen sowie strikten und traditionellen Budo Unterrichtsmethoden bei der Vermittlung der Techniken. Da ich selbst etwas schwächig und ungelinkig war, brauchte es eine gewisse Zeit, bis ich die notwendige Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit aufgebaut hatte. Danach schritten die einzelnen Fortschritte im technischen Können zügig voran und ich erreichte ein gewisses Niveau. Schon sehr bald setzte mich mein Trainer, da ich gut Grundlagen vermitteln konnte, als Hilfstrainer für die Anfänger in seiner Schule ein. Nebenbei betreute er auch zweimal die Woche einen größeren Judo Verein am Ort. Da mein Trainer selbst auch als Kampfrichter viel unterwegs war, brauchte er häufig jemanden, der ihn im Verein während seiner Abwesenheit kurzfristig vertrat bzw. dort das Training übernahm. Eines Tages nach ca. 3 Jahren Judotraining und im Besitz des 2. Kyu bat er mich, ihn dort mal zu vertreten. In seiner Schule waren es maximal 12 Leute und plötzlich stand ich vor mehr als 30 Leuten, die ich nicht kannte und die mich nicht kannten, und sollte nun dort ein Training abhalten. Nun hatte ich ja genügend Routine im Ablauf eines traditionellen Judo Trainings mit Angrüßen, Gymnastik, Stand- und Bodentraining sowie Abgrüßen und führte dementsprechend meine erste Stunde als Trainer in dieser vorgezeichneten Form durch. Es blieb nicht aus, dass ich immer häufiger eingesetzt wurde und ich somit mit der Zeit auch eine Routine mit solch einer Art von Training erwarb. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch gar keine Vorstellung, auf was ich mich eigentlich einließ. Es fehlte mir neben der Erfahrung auch der ganze theoretische Unterbau, um erfolgreich auf Dauer ein Training durchzuführen. Parallel zum Judotraining fing ich nebenbei auch noch mit Ju Jutsu an. Auch hier wurde ich, aufgrund meiner raschen Fortschritte in dieser mit Judo artverwandten Sportart, sehr schnell als Hilfstrainer eingesetzt. Nach meinem Umzug nach München, nun schon 1. Kyu in Judo und 4. Kyu im Ju Jutsu fing ich im Judoverein der Firma, in der ich angestellt war, an zu trainieren. Dort stellte es sich heraus, dass es um den Zustand in den jeweiligen Judo- und Ju Jutsu Gruppen nicht besonders bestellt war. Man kam schnell dahinter, dass ich über eine gewisse praktische Erfahrung und Routine als Trainer verfügte und bat mich, einzelne Gruppen als Trainer zu übernehmen. Um dieser Aufgabe noch besser gerecht zu werden, besuchte ich von nun an regelmäßig Lehrgänge im Judo und Ju Jutsu, um mich technisch wie theoretisch weiterzubilden. Dies konnte ich wiederum zum Nutzen der übernommenen Gruppen positiv im Training umsetzen. Mit der Zeit blieb es nicht aus, mich auch mal der Prüfung für einen Schwarzgurt zu stellen, um auch damit besser die Trainerfunktion zu untermauern. Dazu war neben vielen technischen Lehrgängen auch der Besuch von Übungsleiterlehrgängen als Voraussetzung erforderlich. In diesen Übungsleiterlehrgängen bekam ich auch ein fundiertes theoretisches Rüstzeug für die Durchführung eines erfolgreichen Trainings mit. Nach vielen Jahren als Trainer bei zwei- bis dreimal wöchentlich auf der Basis der rein praktischen Erfahrungen, wurden diese nun auch durch theoretische Kenntnisse im Unterricht ergänzt. Dies machte mein Training nun zukünftig etwas effizienter und strukturierter. Das Beherrschen und Zeigen der Techniken war eine Seite der Medaille, die dauerhaft erfolgreiche Vermittlung die andere Seite. Zu diesem Zeitpunkt war ich bereits 2. Dan Judo und 2. Dan Ju Jutsu, also 10 Jahre nach meinem ersten Trainererlebnis. Ich verfügte nun über mehr als 10 Jahre Erfahrung und Routine in diesem Metier.



Klaus Trogemann

Nun ergab es sich, dass ich vor 36 Jahren von meinem Arbeitgeber für einen längeren Zeitraum in die USA zu einem Entwicklungsprojekt abgeordnet wurde. Natürlich wollte ich auch dort regelmäßig trainieren, was sich als sehr schwierig herausstellte, da es im weiten Umkreis von ca. einer Autostunde keinen Hinweis auf eine Judo- oder Ju Jutsu Schule gab. Deshalb schrieb ich mich quasi um die Ecke in der Schule eines Koreanischen Meisters, der Tang Soo Do unterrichtete, ein. Da mir

damals TSD wirklich nichts sagte, erklärte er mir diesen Stil als koreanisches Karate, welcher eng mit dem Tae Kwon Do verwandt sei. Mit den Begriffen Karate und Tae Kwon Do konnte ich mir nun etwas unter Tang Soo Do vorstellen. Nach einem halben Jahr Training 2- bis 3-mal die Woche in dem mir wirklich fremden Stil, war ich bereits ein 6. Gup. Auch hier wurde ich zu meiner Überraschung von meinem Trainer dann als Assistenz-Trainer für die Anfänger eingesetzt, obwohl meine damaligen Englischkenntnisse nicht überzeugend waren. Aber die Vermittlung der Grundtechniken an die Anfänger funktionierte trotzdem recht gut, weshalb er mir auch gelegentlich ein Spezialtraining gab und mich schon früher weiterführende Techniken und Formen lehrte, was eigentlich sonst für ihn nicht üblich war. Nun verfügte ich zu diesem Zeitpunkt schon seit ca. 10 bis 12 Jahren in drei Kampfsport- bzw. Kampfkunstarten über praktische Erfahrung mit theoretischer Untermauerung als Trainer. Mit dieser Routine hatte ich schon viele Schüler zur Erlangung von höheren Farbgurtgraduierungen bzw. auch Danggraduierungen gefördert. In all dieser Zeit habe ich natürlich auch viele Trainer wie auch Trainingsmethoden bzw. Vermittlungsmethoden kennen gelernt. Von diesem in der Zwischenzeit angesammelten reichen Schatz an positiven wie auch negativen Erfahrungen habe ich natürlich sehr profitiert. Aber ich hatte mir nie wirklich bewusst gemacht, was eigentlich meine eigene Form der Vermittlung denn ausmacht.

Ich versuchte meine eigene Art der Vermittlung und wie sie bei den Schülern herüberkommt zu analysieren. Nach welchen Konzepten gehe ich vor, was und welche Mittel der Vermittlung setze ich wie und wann ein. Sind meine Konzepte logisch entsprechend dem jeweiligen Stil aufgebaut, haben sie sich bewährt, wurden sie abgewandelt, modifiziert oder aufgrund von gewonnenen Erkenntnissen verworfen bzw. aufgegeben. Nach welchen Strukturen ist mein Training aufgebaut, kommen sie auch an bzw. werden sie auch von den Schülern angenommen.

Während dieser Analysen, bei denen es nicht ohne strikte selbstkritische Betrachtungen der eigenen Person und Einholung von kritischem Feedback über meine Person abging, stellten sich mit der Zeit mehrere Grundthemenkreise heraus: 1. Sichere Beherrschung des geforderten technischen Repertoires des jeweiligen Stils, 2. Fundierte theoretische Kenntnisse und Verständnis im jeweiligen Stil, 3. Notwendige Anpassung der Vermittlung an den jeweiligen Stil.

Weitere Themenkreise sind: a) Die nicht zu unterschätzende psychologische Komponente im Zusammenspiel von Schüler und Trainer, b) Selbstkritische Wahrnehmung der eigenen Akzeptanz bei den Schülern, c) Flexibler Umgang mit den geplanten Konzepten eines angedachten Trainings und dessen notwendige Modifikation bzw. flexible Anpassung, wenn nötig im laufenden Training, d) Umgang mit kurzfristigen, mittelfristigen und langfristigen Trainingszielen, e) Notwendige Unterscheidung eines Trainings und dessen Konzept inklusive Durchführung für Anfänger, Fortgeschrittene, Danträger und Meister sowie kleine, mittlere und große Gruppen.

Anhand der o. a. Struktur möchte ich nun auf die einzelnen Themen näher eingehen und diese etwas detaillierter erläutern. Vorab sollte man sich auch klar machen, dass es unterschiedliche Trainereigenschaften und -persönlichkeiten gibt. Introvertierte und extrovertierte, eloquente und weniger Beredame, was alles auf das generelle Erscheinungsbild eines Trainers einen wichtigen Einfluss hat.

1. Sichere Beherrschung des geforderten technischen Repertoires des jeweiligen Stils

Ohne eine solide Basis in der praktischen Beherrschung der wesentlichen Techniken und Kenntnisse ihrer Funktionsweise, sollte man nicht mit der Vermittlung von Techniken beginnen. Das bedeutet, man braucht schon für das erste Einsatz als Trainer einen Zeitraum von ca. drei Jahren bei zwei- bis dreimal die Woche Training, um eine solide Basis für die notwendige praktische Voraussetzung zu erwerben.

2. Fundierte theoretische Kenntnisse und Verständnis im jeweiligen Stil

Durch entsprechende Fachliteratur sollte man sich umfangreiches Wissen aneignen, das die praktischen Fähigkeiten theoretisch solide untermauert. Denn nur so erwirbt man mit der Zeit die notwendigen theoretischen Grundlagen und Kenntnisse, nicht nur für die Ausführung und Funktionsweise der zu vermittelnden Techniken, sondern auch die diversen Möglichkeiten, wie sie zu vermitteln sind.

3. Notwendige Anpassung der Vermittlung an den jeweiligen Stil

Jeder Stil hat seine speziellen technischen Besonderheiten in der Ausführung seines Technik-Repertoires. Diesem gilt es gerecht zu werden. Z.B. Judo und Aikido verwenden in erster Linie kreisförmige Bewegungen, Karate und Tae Kwon Do dagegen vorwiegend mehr lineare Bewegungen und Ju Jitsu und Hap Ki Do haben ein gemischtes Repertoire an kreisförmigen wie auch linearen Bewegungen. Diesen Besonderheiten im jeweiligen Stil ist in der Vermittlung Rechnung zu tragen. Es gilt diese z. T. unterschiedlichen Bewegungsformen zu berücksichtigen.

a) Die nicht zu unterschätzende psychologische Komponente im Zusammenspiel von Schüler und Trainer

Es ist wichtig, etwas über das aktive und interaktive Zusammenspiel auf der zwischen-menschlichen Ebene von Trainer und Schüler zu verstehen und sich dessen für eine erfolgreiche Vermittlung bewusst zu sein. Man muss die Signale für das Verstehen, das Missfallen, das Unverständnis usw. auf der Schüler-Seite entwickeln. Denn ohne sie zu erkennen, gibt es kein notwendiges Feedback darüber, ob auch das vom Trainer Vermittelte, wie gewünscht oder erwartet herübergekommen ist. Der Fortschritt der Schüler widerspiegelt den Erfolg oder Misserfolg des Trainers. Man entwickelt sich im Laufe der Jahre selbst weiter.

Bei der Vermittlung ist es wichtig zu beachten, dass weniger mehr ist! Kein Feuerwerk der Techniken voll der eigenen Eitelkeit sondern die Vermittlung solider Grundlagen ist wichtig.

b) Selbstkritische Wahrnehmung der eigenen Akzeptanz bei den Schülern

Eine ständige Beobachtung der Reaktionen bei den Schülern auf die eigene Wirkungsweise ist sehr wichtig. Ohne dass die Schüler den Trainer in seiner gesamten Form der Darstellung und Vermittlung mehr oder weniger akzeptieren, wird er keine Fortschritte bei ihnen erleben. Deshalb ist es so wichtig, auch ein Gespür dafür zu entwickeln, wie man selbst bei seinen Schülern wirkt und ankommt. Wird man entweder als Autorität, als Kumpel, als Freund und oder nur als Respektperson gesehen.

c) Flexibler Umgang mit den geplanten Konzepten eines vorgesehenen Trainings und dessen notwendige Modifikation bzw. flexible Anpassung, wenn nötig im laufenden Training

Man sollte immer mit einem Konzept in ein Training gehen, sich jedoch nicht sklavisch daran festhalten, wenn die tatsächlich vorgefundene Situation ein Abweichen vom ursprünglichen Konzept erfordert. Gehe nie ohne ein durchdachtes Konzept in ein Training. Jedoch, wenn es dann die vorgefundenen Umstände erfordern, muss man in der Lage sein, jederzeit das geplante Konzept kurzfristig zu modifizieren, oder auch ganz über den Haufen zu werfen und aus seiner Routine schöpfen.

d) Umgang mit kurzfristigen, mittelfristigen und langfristigen Trainingszielen

Jeder Trainer sollte sich bemühen, einen roten Faden durch sein Training zur Zielsetzung für den kommenden längeren oder kürzeren Zeitraum zu ziehen. Dies hängt natürlich von den einzelnen zu erreichenden Zielen wie generell zu erreichende Fortschritte, geplante Graduierungen, geplante Teilnahme an Wettkämpfen oder einfach die persönliche Entwicklung des ‚Do‘ usw. ab.

e) Notwendige Unterscheidung eines Trainings und dessen Konzept inklusive Durchführung für Anfänger, Fortgeschrittene, Danträger und Meister sowie kleine, mittlere und große Gruppen

Jede Gruppe hat ihr eigenes spezifisches Anforderungsprofil, das zu berücksichtigen ist. Als Trainer muss man jederzeit bereit sein, sich auf die Gruppe der anwesenden Schüler einfühlend einzulassen, ohne jedoch dabei die eigenen großen Ziele bzw. Themen, die man sich für das eigene Studio bzw. der anwesenden Lehrganggruppe gesetzt hat, aus den Augen zu verlieren.

Die Beachtung all der o. a. Faktoren ist die Voraussetzung, um ein erfolgreicher und souveräner Trainer zu werden bzw. zu sein. Der Weg dahin führt über viel Erfahrung, technischer und theoretischer Art. Daher sollte der künftige Trainer jede sich bietende Gelegenheit nutzen, Trainingseinheiten, anfänglich unter qualifizierter Aufsicht und Anleitung und später selbstständig zu übernehmen, sich mit Kursen, einschlägigen Fachbüchern und auch über seine eignen Stil Kenntnisse hinaus weiter zu bilden und den eigenen Horizont zu erweitern.

Dieser Artikel soll potentielle Trainertalente dazu motivieren, den Weg eines erfolgreichen Trainers zu beschreiten und sein erworbenes Wissen an die nächste Schülergeneration weiterzugeben.

Klaus Trogemann, Yuk Dan TSD Esting

Bemerkung in eigener Sache.

Mit Annahme des Manuskriptes (Texte und Abbildungen) durch die Newsletter-Redaktion überlässt der Autor der DTSDV e.V. sämtliche Verwertungsrechte im Sinne des Urheberrechts. Die Newsletter-Redaktion ist berechtigt, die eingesandten Berichte auszuwählen und nach Rücksprache mit dem Verfasser, ggf. aus redaktionellen Gründen zu ändern und / oder zu kürzen. Für die inhaltlichen Text- und Bildbeiträge, die über die DTSDV-Homepage veröffentlicht werden, übernimmt der Verfasser die Haftung. Die Veröffentlichung eines Berichts wird mit dem Namen des Autors signiert.

Berichte zu Ereignissen der DTSDV und WTSDA

Sommerlehrgang 2013 in Taching

Der Sommerlehrgang in Taching ist eigentlich eine Klasse für sich. Wenn man zum ersten oder zweiten Mal dabei ist, hebt er sich schon dadurch ab, dass man sonst kaum die Gelegenheit hat, drei Tage am Stück Tang Soo Do zu trainieren. Das heißt, man hätte die Möglichkeit vermutlich schon bzw. könnte sie herbeiführen, aber letztendlich macht man es dann ja doch nicht. Außerdem ist es vielen von uns normalerweise nicht möglich unter Meister Klaus Trogemann zu trainieren, was - neben der allgemeinen Seltenheit bei einem Meister zu trainieren - auch in Bezug auf Herrn Trogemann persönlich ein höchst erstrebenswertes Erlebnis ist.

Für diejenigen, die in Taching schon öfters dabei waren, ist der Lehrgang dennoch etwas Besonderes. Anders als »normale« Lehrgänge, wiederholt er sich jedes Jahr prinzipiell immer gleich. Trotzdem ist es nie dasselbe: Man lernt zum Beispiel immer wieder neue Leute kennen, die teilweise wirklich weder Kosten noch Mühen, noch stundenlange Autofahrten scheuen um dabei zu sein, sodass man vor so viel Engagement nur den Hut ziehen kann. Außerdem ist der Lehrgang selbst zwar jedes Jahr ähnlich, aber doch nicht ganz gleich. Meister Trogemann setzt jedes Mal wieder neue Akzente, zeigt andere Techniken oder erklärt andere Aspekte der gleichen Techniken. Neben diesen Unterschieden von Jahr zu Jahr gibt es natürlich auch die obligatorischen Bestandteile von Taching, zum Beispiel eine gewisse Hyung. Auch sie sind nicht ohne Grund so: Erstens gilt hier natürlich was beim Lernen, zumindest beim Lernen von Techniken, grundsätzlich gilt: Wiederholung mag langweilig sein, ist aber nun mal der schnellste (vielleicht einzige) Weg Fortschritte zu erzielen. Zweitens haben diese »Rituale« in Taching aber auch einen ganz direkten Effekt. Man merkt wie sich andere und wie man sich selbst verändert hat. Fortschritte, die man in seinem Verein und Studio macht, sind ein kontinuierlicher Prozess, dessen Voranschreiten man oft nicht ganz überblickt. In Taching trifft man viele Leute jährlich wieder und sieht wie sie sich in der Zwischenzeit entwickelt haben. Weil man noch ihren Stand von vor einem Jahr im Kopf hat, fallen Verbesserungen deutlich auf. Auch selber kann man vielleicht eine weitere Hyung mitlaufen, kann nun erstmals am zusätzlichen Schwarzgurt und Cho Dan-Bo Training teilnehmen oder sieht, dass die eigenen Fähigkeiten plötzlich auf Augenhöhe mit dem Können eines anderen sind, der im letzten Jahr vielleicht etwas weniger trainiert hat.

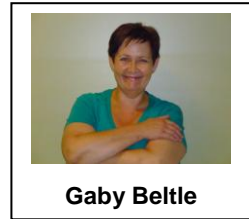
Diese Mischung aus Konstanz und Abwechslung, sowohl in der Besetzung als auch in den Inhalten des Lehrgangs hat ihn auch dieses Jahr wieder zu einem sehr schönen Erlebnis werden lassen. Das Wetter, welches Taching ähnlich unfreundlich behandelt hat wie den Rest Europas, konnte dann auch der guten Stimmung keinen Abbruch tun. Es hatte einzig den Effekt, dass man beim Grillen auf dem Sailerhof sich in die Scheune zurückzog und es sich dort gemütlich machte. Außerdem definierten die unerschütterlichen Zeltbewohner unter den Lehrgangsteilnehmern das Wort »hart gesotten« neu, in Anbetracht des unbilligen Wetters, das Petrus ihnen widerfahren ließ. Und letztlich ist es ja dieses längere Beisammensein - von Herrn und Frau Gramminger herzlich umsorgt und in die Feinheiten von Schnapsbrennerei und Bauernhof eingeweiht - das den Sommerlehrgang in Taching am schönsten macht.

Sylvester Tremmel, Cho Dan Bo, TSD Sunrise-Helios



Techniklehrgang am 20.07.2013 in Eching

Am 20.07.2013 fand beim TSD-Eching ein Techniklehrgang unter der Leitung von Meister Klaus Trogemann und Sam Dan Robert Kallinger statt. Nach herzlicher, sowie auch traditioneller Begrüßung und Aufwärmen, ging es auch gleich zur Sache. Intensiv wurden Soo Ki geübt und Sam Dan Robert Kallinger legte großen Wert auf präzise, saubere Ausführung.



Auf dem Programm standen noch Selbstverteidigungstechniken Ho Sin Sul. Hier bezog Sam Dan Robert Kallinger die Teilnehmer mit ein, um in Erfahrung zu bringen, auf welche Techniken er ausführlicher eingehen sollte. Nach einer wohlverdienten Pause wurden wir in zwei Gruppen eingeteilt. Mit Meister Klaus Trogemann durften Rot- bis Schwarzgurte ihr Können in Waffenformen zeigen und verbessern. Der Rest der Teilnehmer übte mit Sam Dan Robert Kallinger intensiv den Freikampf, wobei es ihm sehr wichtig war, nach schwierigen Kampfsituationen zu fragen und welche erfolgreichen Techniken es gibt, um erfolgreich zu sein.

Meister Klaus Trogemann legte nach dem Training jedem Teilnehmer noch sehr ans Herz, wie wichtig es ist, regelmäßig Lehrgänge zu besuchen. Nicht nur aus Gründen der Weiterbildung, sondern auch um verschiedene Trainingsabläufe und Lehrweisen kennen zu lernen. Nicht zu vergessen: vor allem um den Sinn der Tang Soo Do Gemeinschaft zu verinnerlichen!

Nach dem traditionellen Ende des Trainings und der Verabschiedung saßen wir noch bei Sonne und gutem Essen im Biergarten in netter Runde zusammen!

Noch eine Anmerkung in eigener Sache, aus Sicht eines 4 Wochen jungen Weißgurtes!

Ein ganz tolles Gefühl ist es, dass man als Neuling mit sehr offenen Armen in die Tang Soo Do Gemeinschaft aufgenommen wird. Es absolut keine Rolle spielt, wie alt oder jung, welcher Herkunft usw. man ist und sich deshalb gleich wohl fühlt!

Meister Klaus Trogemann ist eine sehr ausdrucksvolle Persönlichkeit! Er vermittelt sofort, dass er die Grundwerte des Tang Soo Do in seinem Herzen trägt und er sich es zur Lebensaufgabe gemacht hat, diese auch an alle Tang Soo Do Schüler weiterzugeben. Es wäre schön, wenn er damit ganz viele Menschen erreicht, egal ob jung oder älter! Es ist eine Bereicherung fürs Leben!

Der Tag war sehr aufregend, lehrreich und anstrengend gewesen, aber es machte sehr großen Spaß!

Gaby Beltle, 10. Gup, TSD-Leitershofen

Der Technik-Lehrgang am 20. Juli 2013 in Eching startete mit einer kurzen Begrüßung durch Meister Trogemann. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen gestaltet durch Thorsten Fleischmann übernahm Robert Kallinger die Kursleitung.

Zuerst übten wir Grundtechniken. Einzelne Techniken wurden ausgewählt und genau erklärt. Danach erläuterte Herr Kallinger den Unterschied zwischen Technik und Taktik. Auch wenn eine saubere Bewegungsausführung erstrebenswert ist, darf der taktische Aspekt im Freikampf nicht unterschätzt werden. Anschließend standen Selbstverteidigungstechniken auf dem Stundenplan. Nach einer kurzen Pause trennten sich die Teilnehmer in zwei Gruppe auf. Ein Teil übte höhere Formen und Waffenformen unter der Leitung von Meister Klaus Trogemann und der zweite Freikampftechniken zusammen mit Herrn Kallinger.

Gegen 13.30 Uhr endete ein interessanter Lehrgang.

Tang Soo!

Jakob Ziegler, 15 Jahre, 1. Gup, Tang Soo Do Neufahrn

Verleihung hoher Danggraduierungen durch das DDK (Deutsches Dankollegium)

In der von Lothar Nest, 9.Dan Judo, in Berlin Marienfelde gegründeten Sportsschule, die zugleich Sitz des Judo Weltmuseums ist, fand am 24.09.13 eine besondere Verleihung von höheren Danggraden statt. Hierbei wurden angesehene Danträger für ihre vielen Beiträge und großen Verdienste für das DDK mit der Verleihung eines 6. bzw. 8. Danggrades im Judo geehrt. Diese Verleihung nahm der Präsident des DDK Dieter Teige, 10.Dan Judo im Beisein des anwesenden DDK Vorstandes Hans Gottfried, 7.Dan Judo, Willi Donner, 7. Dan Karate und Klaus Trogemann, 6.Dan Tang Soo Do sowie Alfred Buchholz, 8.Dan Judo, vor.



Die neuen 6./8. Danträger zusammen mit dem DDK Vorstand im Judo Welt Museum von Lothar Nest

Überregionale DAN-Prüfung mit internationalen Prüfern am 14.09.2013 in Esting

Traditionell im September fand auch dieses Jahr wieder eine Dan-Prüfung im Tang Soo Do Studio Esting bei München statt. Diese Prüfung ist immer ein besonderes Highlight im laufenden Jahr. Die Prüfungsgruppe war mit 15 Prüflingen gut besucht. Wie immer war die obligatorische Ansprache von Meister Trogemann für die Prüflinge von größerer Bedeutung, in der er erläuterte, was es bedeutet, ein „Schwarzgurt“ zu werden und zu sein. Er legte insbesondere einen Schwerpunkt auf die Tatsache, dass man nicht nur den schwarzen Gürtel nach außen hin sichtbar trägt und präsentiert, sondern dass es in unserer Kampfkunst vor allem um die innere Einstellung und den Respekt vor einem selbst geht, weshalb sich auch unsere Kampfkunst von anderen Kampfsportarten unterscheidet und vor allem aber von den anderen auch respektiert wird.

Von diesen neuen Denkanstößen inspiriert, durften die eingeladenen Prüflinge ihr Können vor einer Prüfungskommission unter Beweis stellen. Seniormeister Trogemann forderte mit dem Hinweis, dass die Prüfer teilweise eine stundenlange Anreise hatten und eigens wegen der Prüflinge angereist seien, den entsprechenden Respekt vor der Prüfung und spornte die Aspiranten zur bestmöglichen Leistung an. Unter dem Vorsitz von Seniormeister Klaus Trogemann (6. Dan) bestand die Prüfungskommission aus Meister Brian Olden (5. Dan, USA), Meister Andrew Ewing (4. Dan, Schweden), Meister Christian Preiss (4. Dan, Schweiz), Meister Gerold Engenhorst (4. Dan, Deutschland) und Trainer Robert Ochwat (4. Dan, Deutschland) Deutschland, welche die Prüfung nach den Richtlinien der Welt Tang Soo Do Assoc. und der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V. abhielten.

Den fünf Cho Dan Bo (Dan-Anwärter), sechs 1. Dan-Aspiranten und vier 2. Dan-Anwärter aus Bayern und NRW standen nun drei Stunden anstrengender Prüfung bevor, durch die sie von einem Dan-Träger geführt wurden: Nach den Grundtechniken in Kombination, Formen, Waffen, diversen Partnerübungen, Freikampf und Selbstverteidigung durften die Prüflinge reflektieren, was es für sie bedeutet, ein Schwarzgurt zu werden und welche Pflichten auf sie in Zukunft zu kommen werden. Im Anschluss folgten die obligatorischen Bruchtests mit z. T. spektakulären Techniken. Am Ende konnte jeder auf sich stolz sein und war mit dieser Prüfung auch wieder ein Stück reifer geworden, da man einen weiteren Schritt auf seinem persönlichen Weg des ‚Do‘ vorangekommen war.

Auch die Prüfer waren sehr zufrieden und resümierten, dass es sich für sie gelohnt hatte zu kommen. Trotz der Nähe zum Schwarzgurt seien doch Unterschiede zwischen den Dan-Trägern und Dan-Anwärtern zu erkennen, aber genau das sei es, was den Weg zum Dan ausmache und dies seien die Feinheiten, an denen jeder Einzelne weiter üben könne. Ein Lob für die erleichterten Prüflinge war es zu hören, dass es eine Freude war, ihnen bei der Ausführung ihrer Techniken und Formen zuzusehen.

Wichtig noch zu erwähnen ist, dass Herr Hans Gottfried, Vize-Präsident des DDK uns mit seiner Anwesenheit bei dieser Prüfung beehrt hatte und sich somit ein eigenes Bild vom hohen Niveau des TSD machen konnte.



Prüflinge mit ihren Prüfern in vordere Reihe

Übermittelt von Peter Fuchs, Cho Dan Bo, TSD Esting

Internationaler Ki Gong Lehrgang in Ashville Nord Carolina USA

Am 20./22.09.13 wurde vom WKGC der WTSDA ein internationaler Ki Gong Lehrgang abgehalten. Unter den über 30 Teilnehmern vorwiegend aus den USA befand sich auch der Europa Direktor des WKGC Klaus Trogemann als einer der Dozenten. In diesen 3 Tagen wurde ein umfangreiches Programm u.a. mit praktizieren verschiedener Ki Gong Formen, Meditationsübungen, angewandte Akupressur und natürlich viel Theorie durchgenommen. Nach Abschluss dieser drei anstrengenden Tage waren alle Teilnehmer einhellig der Meinung, dass es sich wieder für sie gelohnt hatte, die Mühen und die lange Anreise auf sich zu nehmen, was natürlich für den Erfolg dieses Lehrganges spricht.



Teilnehmer des Ki Gong Lehrganges mit Instruktoren, vorne in der Mitte K. Trogemann, Level VI Ki Gong