



# German TSD Newsletter

der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V.,  
gemeinnützig



Mitglied in der World Tang Soo Do Association  
sowie im DDK e.V. und BSK



Ausgabe Juli 2018

## EDITORIAL

### *Anerkennungs- und Verleihungs-Ritis (Krankheit) im heutigen Kampfsport!*



Seit einigen Jahren macht sich eine doch seltsam anmutende Unsitte in den unterschiedlichsten Kampfsportarten breit. Der Drang nach zusätzlichen Anerkennungen und Verleihungen von unterschiedlichsten Graduierungen in diversen Kampfsportarten.

Es gibt mehr und mehr Herrschaften, die irgendwo bei einer fremden Organisation, nur zu oft bei einem der zahlreichen Phantasieverbände, eine Urkunde mit einer ausgestellten Graduierung erworben haben und sich diese bei einem offiziell renommierten Verband zusätzlich anerkennen bzw. nachträglich legitimieren lassen wollen.

Z. B. da hat jemand vor 2 Jahren sich einen 5. Dan Ju-Jutsu anerkennen lassen und möchte anschließend schon nach 2 Jahren einen woanders verliehenen 8. Dan sich anerkennen lassen.

Traditionelle Verbände wie z. B. das DDK usw. sind keine automatischen Anerkennungs-maschinerie von Urkunden, die von anderen Verbänden ausgestellt bzw. verliehen worden sind. Ausgestellte Urkunden von renommierten traditionellen Verbänden haben einen Wert, da die dort ausgestellte Graduierung mehr oder weniger vorher sowohl technisch als auch theoretisch überprüft wurde. Ein reines durchreichen einer Urkunde von fremden Verbänden, ist nicht die geübte gängige Praxis. Bei Anerkennungen muss der Antragsteller schon auf der Matte unter Beweis stellen, dass der gewünschte anzuerkennende Grad dem tatsächlich gezeigten Können entspricht.

Das Sammeln von hohen Graduierungen ist heutzutage zu einer Unsitte geworden. Es ist zum Kitzel des eigenen Egos verkommen.

Es ist eine altbekannte Tatsache, dass man glaubt, dass das Ansehen oder Können eines auf der Matte agierenden Kampfkünstlers sich von seinem nach außen zur Schau gestellten Grad ablesen ließe bzw. an ihm erkennbar sei. Den entsprechenden Nachweis bleiben viele schuldig!

Die Frage tut sich auf, warum man nicht gleich sein Können durch eine Prüfung bei einem anerkannten Verband ablegen will? Dann braucht man sich anschließend nicht um eine Anerkennung zu bemühen. Wer beim DDK einen höheren Grad erwerben möchte, muss schon mit Beiträgen zum Verband und Können praktisch wie theoretisch über das allgemeine Maß herausragen.

Um es einmal an einem Beispiel zu verdeutlichen. Jemand ist Mitglied in einem traditionellen Verband und könnte bzw. möchte eine Prüfung zu einer nächst höheren Graduierung ablegen. Aus irgendwelchen nicht klar definierten Gründen – z. B. weil es leichter ist, die Anforderungen nicht zu hoch, der für ihn evtl. benötigte Zeitaufwand geringer, Entfernung für ihn nicht so weit, Gebühren geringer usw. – entscheidet er sich, diese Prüfung bei einem anderen Verband abzulegen. Dies unternimmt er auch noch ohne sich vorher bei seinem eigenen Verband höflicherweise eine Zustimmung für diese Vorgehensweise einzuholen. Kaum hat er die Graduierungsurkunde von dem anderen Verband in den Händen, möchte er diese sofort auch bei seinem eigenen Verband anerkennen lassen. Er zahlt somit zweimal die Gebühr, einmal für die Prüfung und einmal für die Anerkennung. Sein bisheriger Verband fragt sich nun, was das Ganze eigentlich soll?

Da sind ja die Leute, die die reguläre Ochsentour mit allen notwendigen Voraussetzungen im eigenen Verband wie alle anderen gehen, die Dummen, da diese sich ja an geltende Regelungen halten.

Eine Urkunde aus einem anderen Verband kann man nicht so einfach mir nichts dir nichts ohne vorherige theoretische und praktische Überprüfung anerkennen. Erst recht nicht, wenn sie von einem fremden Verband aufgrund von nicht nachprüfbaren Leistungen von diesem Verband verliehen wurde. Mit welchem Recht fordert man von seinem Verband so eine Vorgehensweise, wenn man beim eigenen Verband keine entsprechend zu würdigen Beiträge geleistet hat!

Was weiterhin seltsam ins Auge fällt:

Da erwerben noch relativ junge Herrschaften für sie nicht adäquat einen 9. oder 10. Dan innerhalb eines recht kurzen unrealistischen Zeitrahmens. Dabei braucht es für eine ernsthaft betriebene Sportart bzw. Kampfkunst in der Regel mindestens ca. 40 Jahre, um nur durch Prüfungen einen 7. Dan in der jeweiligen Sportart zu erwerben. Im Fernöstlichen sieht man keinen Meister unter einem bestimmten Alter in einem höheren Rang. Alles andere ist nach deren Auffassung unehrenhaft.

Übrigens steht die Zahl 10 im asiatischen für perfekt. Aber kein Mensch kann nun mal perfekt sein. Aus diesem Grund haben die überwiegenden traditionellen Verbände auch keinen Dangrad über 9 hinaus.

Hier mal ein Vergleich: In Deutschland gibt es einen Unterschied zwischen z. B. Dr. rer. nat. (Naturwissenschaften) und Dr. h. c. (honoris causa). Das Eine erworben aufgrund einer regulär abgelegten Promotion mit all dem jahrelangen Aufwand und das Andere in Anerkennung aufgrund nachweislich erwiesener überragender Leistungen.

Ein weiterer Punkt: Man kann nur in einigen wenigen (2-3) Kampfkünsten im Laufe eines aktiven Sportlerlebens sich ein profundes Können und Wissen aneignen. Was soll also die Urkunden Sammelerei?

Judo, Jiu Jitsu/Ju Jitsu, Aikido, Karate eignen sich im Laufe der Jahre aufgrund etlicher Gemeinsamkeiten und artverwandte Elemente parallel versetzt sich in diesen, ein adäquates Können auch in höheren Graduierungen anzueignen.

Das gleiche gilt auch für Tae Kwon Do, Tang Soo Do und Hap Ki Do.

In diesen vorher genannten Beispielen ist es im Laufe eines längeren Sportlerlebens durchaus möglich, in mehr als einer artverwandten Sportart eine höhere Graduierung aufgrund des in ihr erreichten Könnens zu erwerben. Aber in mehr als 2 bis 3 ist nicht realistisch.

Es spricht auch nichts dagegen, seine erworbenen Graduierungen entsprechend den jeweiligen Verbänden zuzuordnen, ohne sich diese gleich gleichrangig in einem weiteren Verband anerkennen zu lassen.

Beispiel:

6. Dan Judo - GMK

5. Dan Judo - DDK

3. Dan Judo – DJB

oder

1. Dan Shotokan Karate - DKV

3. Dan Waduryo Karate – DDK

usw. hier gibt es viele reale Möglichkeiten. Wer also eine Anerkennung seiner anderweitig erworbenen Graduierung haben möchte, kommt nicht daran vorbei, das entsprechende Können auf der Matte unter Beweis zu stellen. Ein tatsächlicher Könnler hat damit auch kein Problem. Denn auf der Matte sollte jeder unabhängig seiner Graduierung zeigen können, was er wirklich drauf hat. Dann wird er auch für ernst genommen. Nur so hat auch eine anerkannte Urkunde ihren tatsächlichen Wert.

*Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting*

### Techniklehrgang vom 10.03. - /11.03.2018 in Darmstadt

#### Zwei koreanische Kampfkünste treffen aufeinander

Am 10./11. März fand der erste TSD-Techniklehrgang, unter der Leitung von Seniormeister Klaus Trogemann, in Darmstadt statt. Besonders an diesem Lehrgang war, dass die Einladung von Benjamin Billmann (1te Dan TSD & 4te Dan Hapkido) ausgesprochen wurde. Benjamin trainiert seit vielen Jahren intensiv Hapkido in seiner eigenen Schule und ist als Quereinsteiger zum Tang Soo Do gekommen. Es waren alle Beteiligten sehr neugierig, wie dieser Lehrgang aufgebaut wird, da ein Großteil der Teilnehmer aus der Schule Chong Ki Shin Hapkido von Sabum Nim Billmann kamen.

Eine große Freude war es, dass wir, nach unserer Anmeldung für das Wochenende, von Sabum Nim Billmann noch eine Einladung zur Teilnahme am Hapkido Freitagstraining der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen bekommen haben. Mit zwei Trainern, die in Issum das Kinder- und Jugendtraining abhalten, starteten wir somit Freitagmittag neugierig nach Darmstadt. Dort angekommen wurden wir herzlich empfangen und direkt aktiv in das Training der drei Altersgruppen einbezogen. Nach etwas mehr als vier Stunden mit drei abwechslungsreichen Aufwärmtrainings, verschiedenen Fall- und Technikübungen zeigte uns Benjamin noch einige höhere Hebel- und Stocktechniken des Hapkido.



Gemeinsames Üben der TSD-Einschritttechniken

Überrascht waren wir über die mitunter großen Unterschiede der beiden koreanischen Kampfkünste. Wo der TSD die Fäuste zur Abwehr einsetzt, steht einem zum Beispiel ein Hapkido Kämpfer plötzlich mit offenen Händen gegenüber, um schnell greifen und einen Hebel setzen zu können.

Da wir im Dojang von Benjamin übernachten durften, hatten wir am nächsten Tag nur einen kurzen Fußmarsch zur Sporthalle, in der unser Lehrgang stattfinden sollte.

Der erste Lehrgangstag startete dann unter der Leitung von Meister Trogemann mit verschiedenen Einschritttechniken, bei denen die in der Unterzahl anwesenden TSDler zwischen die Teilnehmer vom Hapkido gemischt wurden, damit diese die Techniken besser sehen und ausüben konnten. Später wurden dann unter der Leitung von Meister Auer und den anwesenden Schwarzgurten in kleineren Gruppen die ersten Hand-, Fuß- und Selbstverteidigungstechniken durchgegangen. Nach ca. drei Stunden endete der sportliche Teil. Der Abend fand seinen Ausklang in einem nahegelegenen Restaurant.

Am zweiten Lehrgangstag wurden die anwesenden Sportler in drei Gruppen aufgeteilt. Hier teilten sich Meister Auer und Thomas Schromm die anwesenden Hapkido Interessierten untereinander auf und zeigten die zur Hapkido Graduierung passenden TSD Techniken & Formen. Meister Trogemann führte die anwesenden TSDler nochmal detailliert in die höheren Formen, angefangen beim Bassai über Bong bis zur Messerform, ein. Auch wenn für mich, 2ter Gup, und eine weitere Lehrgangsteilnehmerin, 3ter Gup, nach den Ausführungen zum Bassai schon Schluss war, war auch der zweite Tag sehr lehrreich, da wir die von Meister Trogemann aufgeführten Details direkt üben und verinnerlichen konnten.



Dan Gum Hyung unter der Anleitung von Meister Trogemann

Nach insgesamt drei interessanten Trainingstagen, an denen wir viele neue und nette Leute kennenlernen durften, sind wir mit sehr vielen positiven Eindrücken und mit der Hoffnung auf einen weiteren Lehrgang in Darmstadt wieder zurück zum Niederrhein gefahren. Für den kurzen Einblick ins Hapkido möchten wir uns recht herzlich bei Benjamin und seinen Schülern bedanken. Ebenso möchten wir Meister Trogemann für die zwei intensiven TSD-Trainingstage danken. Wir haben wiedermal gemerkt, dass wir noch viel an unseren Formen und Techniken feilen können.

Tang Soo!

*Detlef Birk, 1. Dan, TSD Issum  
Björn Beeker, 2. Gup, TSD Issum*

### ***WTSDA Meister Lehrgang vom 22.03. - 28.03.2018 in Florence, Alabama***

Wie jedes Jahr ging es auch diesmal am letzten Märzwochenende zum jährlichen Meisterlehrgang mit über 240 Teilnehmern der World Tang Soo Do Vereinigung nach USA. Es ist jedes Mal dasselbe nicht gerade berausende Gefühl, wenn man so einen 10-stündigen Non-Stop-Flug hinten in der Enge der Holzklasse eines großen LH-Jets absolvieren muss. Morgens um 7 Uhr zu Hause aufstehen, 9 Uhr geht es zum Flughafen München und gegen Mittag ist dann der Abflug. Gegen Frühnachmittag Ortszeit kommt man dann etwas durchgerädert nach 10 Stunden Flugzeit in Charlotte, North Carolina, USA an. Nachdem man dann die Formalitäten bei der Immigration nach ca. 30 Minuten endlich hinter sich hat, muss man sein Gepäck suchen, durch den Zoll gehen und mit ihm wieder neu einchecken. Den Zeitraum von ca. 4 Stunden bis zum Weiterflug nach Huntsville, Alabama gilt es dann noch zu überbrücken. Inzwischen versucht man langsam die Zeitumstellung von 6 bis 7 Stunden zu verkraften. Nach ca. 4 Stunden geht es dann 1,5 Stunden weiter mit einem engen Regional-Jet nach Huntsville. Dort ist es inzwischen 23:30 Uhr Ortszeit und ca. 5 - 6 Uhr morgens meiner noch aktuellen Bio-Zeit. Dort angekommen wird man netterweise mit einem Pickup abgeholt und es geht nochmals eine Stunde von Huntsville zum Hotel nach Florence. Jetzt ist es für mich 7 Uhr morgens. Das Bett ruft und man versucht möglichst schnell, sich über Nacht auf die neue Zeit umzustellen.

Nach einem halbwegs aufholenden Schlaf trifft man sich am Morgen dann schon mit ersten bekannten Gesichtern von Meisterkollegen aus aller Welt und beim Gespräch am Frühstückstisch werden die ersten Neuigkeiten ausgetauscht. Dabei wird man allmählich wach und es taucht die altvertraute Stimmung der Vorfreude auf den kommenden Lehrgang auf.



Tielnehmer des Meisterlehrgangs 2018 in Alabama

Gegen Abend trudeln so sukzessive alle Teilnehmer ein und es entsteht wieder die immerwährende freundschaftliche Stimmung unter uns Meistern, die jedes Jahr zu diesem Ereignis aus aller Welt zusammenkommen. Der erste Abend dient der Information zum organisatorischen Ablauf der kommenden Tage. Es hat sich im Laufe von 28 Jahren ein gleichbleibender Ablauf ergeben. Morgens ab 7:00 Uhr 1 Stunde Ki Gong, Frühstück, vormittags 3 Stunden Training, Mittagessen, nachmittags 4 Stunden Training, Abendessen und am Abend 2-3 Stunden Vorträge mit etwas Zeit für gemeinsames Beisammensein.



Diesmal fanden die anstehenden Prüfungen schon am Spätnachmittag statt und wurden von 4 gleichzeitig agierenden Prüfungsgremien vorgenommen. Ich selbst hatte die Ehre und war als Prüfer für die Prüflinge zum 5. und 6. Dan eingeteilt. Danach gab es noch ein gemeinsames Abendessen in großer Runde mit gemeinsamen Erfahrungsaustausch über alle Kontinente.

Es ist immer wieder bewundernswert, wie ein solches Ereignis trotz aller Anreisemühen unsere Meistergemeinschaft zusammenschweißt und ein exklusives 'Wir-Gefühl' über alle Kontinente erzeugt. So heißt beim Abschied dann, nach diesem Lehrgang ist schon wieder vor dem nächsten Lehrgang! Auch wenn es einem schon wieder vor dem unbequemen Rückflug graut.



Nun feierte ich diesmal doch auch schon nun meinen 25. Meisterlehrgang und 25 Jahre Meisterdasein als Tang Soo Do Meister. Wenn man so reflektiert, was man alles in diesem Vierteljahrhundert erlebt, gelernt hat und erfahren konnte und durfte, so wird einem schon der enorme Entwicklungsprozess in die höheren Meisterränge und dessen Bedeutung bewusst und auch klar. Jedenfalls für mich würde ich diesen Weg nochmals gehen, gerade auch wegen all der durchlaufenden Höhen und Tiefen, die man für seine eigene persönliche Entwicklung als wertvolle Bereicherung in seinem Leben nicht missen möchte. !!Tang Soo!!

*Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting*

### **Freundschaftslehrgang vom 14.04. - 15.04.2018 in Lyon**

Nach dem für mich letztes Jahr sehr erfolgreichen Freundschaftslehrgang in Lyon war ich sehr erfreut, dass Alexandre Bernard wieder einen Lehrgang unter Leitung von Meister Klaus Trogemann organisiert, und beschloss zügig die meinige Teilnahme und die meiner Schwester.

Durch die frühzeitige Bekanntgabe konnten Alexandres SchülerInnen viel Gastfreundschaft vorbereiten. So holten sie uns vom Flughafen ab, zeigten uns Sehenswürdigkeiten in Lyon, spielten unseren Shuttle-Service und stellten ihre Privatunterkünfte zur Übernachtung zur Verfügung.

Lyon hat als alte Römerstadt einige alte Ruinen zu bieten, aber auch wunderschöne Kirchen und eine historische Altstadt mit den für Lyon charakteristischen Innenhöfen.

Der Lehrgang selbst begann am Samstag um 14:00 Uhr und ich war begeistert, liebgewonnene Tang Soo Do-GenossInnen wiederzutreffen und mit Ihnen gemeinsam den Lehrgang zu durchleben. Wie erwartet war der Lehrgang auf Französisch und bot mit seinen angesetzten acht Stunden einen breiten Querschnitt durch unser Tang Soo Do: Angefangen bei Ki Cho über Hyung, Il Soo Sik, Ho Sin Sul und Fallschule hin zu Ki Gong und Waffen.

Besonders für mich war dieses Jahr, dass ich selbst einen Teil (Einführung der Anfänger in den Langstock) auf einem internationalen Lehrgang unterrichten durfte.

So ist Lyon für sich bereits eine Reise wert und wir konnten einen Urlaub mit Kultur und Tang Soo Do verbinden. Eine schöne Sache, die ich so gerne wieder unternehmen werde.

*Maximilian Arnold, 1. Dan, TSD Jade-Kampfkunst*

### **Lehrgang für Fortgeschrittene vom 21.04. - 22.04.2018 in Issum**

Als ich mich als "Weißgurt" das erste Mal für einen Techniklehrgang in Issum unter der Leitung von Meister Klaus Trogemann (6. Dan) anmeldete, gingen mir viele verschiedene Gedanken durch den Kopf - von Neugier bis Unsicherheit: "Wer kommt denn da wohl alles?" ... "Hoffentlich kann ich überhaupt mithalten" ...

Jetzt - knapp 1,5 Jahre später - bin ich immer noch Anfängerin, aber zu meinem mittlerweile 3. Lehrgang am 21. April 2018 in der Sporthalle am Tapp in Issum gehe ich mit einem etwas anderen Gefühl. Aus vielen der unbekanntten Leute sind gute Bekannte geworden. Schon beim Hereinkommen spürt man die familiäre und doch respektvolle Atmosphäre. Der internationale Teilnehmerkreis aus ver-

schiedenen Vereinen aus Deutschland und den Niederlanden ist dem sonnigen Wetter entsprechend gut gelaunt, man begrüßt sich herzlich.

Heute sind auch viele Teilnehmende aus dem Issumer Jugendbereich zum ersten Mal dabei. Wahrscheinlich machen sie heute eine ganz ähnliche Erfahrung wie ich bei meinem ersten Lehrgang. Mit viel Humor und sehr sympathisch werden sie nach einem kurzen Aufwärmtraining von Meister Klaus Trogemann begrüßt, der das Programm des Lehrgangs so ausrichtet, dass alle Erfahrungsstufen gleichermaßen teilhaben und Neues lernen können. Angefangen mit Einschritttechniken über Formen bis hin zum Freikampf (mit Leichtkontakt) führt er mit der Unterstützung von Meister Gerold Engelhorst (4. Dan) durch den Lehrgang. So gibt es jede Menge Gelegenheiten, die bereits erlernten Techniken zu vertiefen und die eigene Ausführung nochmal kritisch und unter neuen Blickwinkeln zu betrachten. Dabei erhalten gerade wir Anfänger jede Menge individuellen Input von Klaus Trogemann und Gerold Engelhorst. Natürlich kann ich dabei nicht alle für mich neuen Techniken sofort umsetzen und kann auch nicht alle Formen bis zum Ende mitlaufen - aber es bleibt das gute Gefühl, wertvolle Tipps von diesem Tag mitnehmen zu können!

Trotz der hohen Temperaturen vergehen die 3 Stunden wie im Flug. Im Anschluss steht das traditionelle gemeinsame Essen an - eine weitere Gelegenheit, die anderen Teilnehmenden (über den eigenen Verein hinaus) kennenzulernen. So findet ein körperlich anstrengender, aber wunderbarer Tag bei einer Runde Ouzo seinen Ausklang.

*Tina Ganster, 7. Gup, TSD Issum*

## **Tang Soo Do Kindertraining**

Kampfkunst und Gewaltprävention.

Die Deutsche Tang Soo Do Vereinigung bietet jedes Jahr einen Kinder- und Jugend-Lehrgang unter der Leitung erfahrener Trainer an. Die Themen dieser Lehrgänge variieren von Jahr zu Jahr. Letztes Jahr war das Thema „Selbstverteidigung und Selbstbehauptung“ an der Reihe. Viele Eltern wollten ihre Kinder für diesen Kurs anmelden, leider war die Teilnahme nur für Tang Soo Do Mitglieder möglich.

### **Ziele aus der Sicht der Eltern:**

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung stehen auch ganz oben auf der Agenda der meisten Eltern. „Mein Kind soll sich wehren lernen“ – dahinter steht der Wunsch, dem Nachwuchs zusätzliche Sicherheit zu geben – und damit die eigenen Sorgen zu verringern, ihm könnte etwas zustoßen.

Was ist Gewaltprävention? Gewaltprävention bezeichnet ein Vorgehen, das direkt oder indirekt die Verhinderung bzw. die Reduktion von Gewalt zum Ziel hat. Im erzieherischen Jugendschutz befähigt Gewaltprävention Kinder und Jugendliche, ihre Bedürfnisse auch in Konfliktsituationen so zu leben, dass weder andere, noch sie selbst, zu Schaden kommen. Hilfreiche Prävention von Gewalt gibt Orientierung und spendet Zuversicht.

Es gibt einen Zusammenhang zwischen Selbstbehauptung, Gewaltprävention und Tang Soo Do Kampfkunst. Gewalt ist zwar keine Lösung, dennoch geht es in der Kampfkunst darum, die Anwendung von Gewalt zu erlernen. Diese Kompetenz wiederum schafft allerdings die Chancen zum aktiven und bewussten Umgang mit Aggressivität und Gewalt und genau das wirkt im Endeffekt vorbeugend.

### **Ziele aus Sicht der Kinder:**

Für Kinder ist Sport Ausgleich und eine wichtige Möglichkeit, Lernerfolge, die sie am besten über den Körper erwerben, hautnah zu erleben.

### **Aus unserer Sicht:**

Die Kampfkunst Tang Soo Do bietet eine Schnittstelle vieler gesellschaftlich relevanter Themen wie soziales Miteinander und Verantwortungsbewusstsein. Es wird erwartet, den Verstand zu benutzen, Wissen zu erwerben, diszipliniert und konzentriert zu lernen. Vertrauen und Rücksicht, Teamgeist, Ich-Stärkung, das Akzeptieren von Grenzen anderer und das Verteidigen der eigenen, und nicht zuletzt geht es hierbei um den Umgang mit Gewalt und Aggression.

Das Temperament eines Kindes wird meistens als „einfach“ oder „schwierig“ klassifiziert. Kinder mit einem „einfachen“ Temperament zeigen meist positive Gefühle und können verschiedene Situationen

meistern. Kinder mit einem „schwierigen“ Temperament tendieren dazu, negative Gefühle häufiger zu zeigen und können oft mit neuen Situationen nicht umgehen.

Gewaltprävention fordert einen selbstbewussten Umgang mit anderen Menschen. Er sollte geprägt sein von:

- Redlichkeit, (TSD-Grundsatz)
- gegenseitigem Respekt, (TSD-Training)
- Selbstbeherrschung, (TSD-Grundsatz)
- der Verteidigung der eigenen Grenzen in angemessener Weise. (TSD-Zweck des Trainings)

*Leonidas Kalojanidis, Cho Dan Bo, Co-Kindertrainer, TSD Neufahrn*

### **Internationaler Kampfsportlehrgang am 28.04.2018 in Schweitenkirchen**



Das Deutsche Dan Kollegium e.V. Landesgruppe Bayern in Kooperation mit der Budo Abteilung des FC Schweitenkirchen 1946 e.V. und der Stenka Bayern e.V. veranstalteten am Samstag, 28.04.2018 und Sonntag, 29.04.2018 einen verbandsoffenen, internationalen Lehrgang in Schweitenkirchen, Landkreis Pfaffenhofen/Ilm. Eingeladen waren alle interessierten Erwachsenen, Jugendliche und Kinder, unabhängig ihrer Vereins- und Verbandzugehörigkeit. Trainiert wurde mit anerkannten internationalen Trainern und Großmeistern ihres Faches aus Russland, Griechenland, der Schweiz, Frankreich und der Slowakei. Insgesamt konnten die Teilnehmer fünfzehn verschiedene Kampfsportarten (Aikido, Brasilian Jiu Jitsu (BJJ), Capoeira, Combat Sambo, Judo, Goshin-Jitsu, Ju-Jitsu, Ju Shin Ryu Kenpo, Karate, Kobudo, Krav Maga, Kyudo, Stenka,

Taekwondo und Tang Soo Do) ausprobieren und mal so richtig über den Tellerrand ihrer eigenen Sportart schauen.

Oben auf dem Foto: Meister Trogemann bei einer Sprungtechnik.

Meisterübersicht:

- Valeriy Maistrovoy (RUS) – Okinawa Karate, Kobudo, Combat Sambo, Stenka
- Tiberio Abategiovanni (CH) – Ju shin Ryu Kenpo, Tate Krav Maga
- Bodo Muri (CH) – Aikido, Jiu Jitsu
- Dimitra Mousxaki (GRC) – Taekwondo, Jiu-Jitsu. Police Self Defence
- Gerhard Schmitt (D, HE) – Ju-Jitsu, Jiu-Jitsu, Savate Boxe Francaise
- Mario Göckler (D, TH) – Combat Sambo, Judo, Jiu-Jitsu, Capoeira
- Rudi Bauer (D, BY) – Goshin-Jitsu, Judo
- Mario Campagna (D, BY) – Goshin-Jitsu, Taekwondo
- Ernst Lang (D, BY) – Taekwondo, Goshin-Jitsu
- Herbert Possenriede (D, BY) – Judo, Combat Sambo, Goshin-Jitsu, Kyudo
- Horst Zettner (D, BY) – Karate, Chikung
- Klaus Trogemann (D, BY) – Vorsitzender DDK, Tang Soo Do
- Benjamin Billmann (D, BY) – Hapkido
- Martin Reiner (D, BY) – Kobudo, Judo
- Viola Wächter (D, BY) – Judo

Ganz besonders freuten sich die Organisatoren auf die Tang Soo Do Präsentation durch den Präsidenten des Deutschen Dan-Kollegiums, Klaus Trogemann und den Moskauer Universitätsprofessor und Gründer der 1000 Jahre alten von ihm wiederentdeckten Sportart Stenka, Valeriy Maistrovoy.

Meister Klaus Trogemann hatte die Gelegenheit unsere Kampfkunst Tang Soo Do zwei Mal zu präsentieren. Bei den ersten Demonstrationen konnten viele Teilnehmer anderer Kampfsportarten bei den Hand- und Fuß-Techniken sowie bei den ersten Hyung - Sae Kye Hyund Il Buh - mitmachen. Meister



Trogemann hat jede Hand- und Fuß-Übung erklärt, auch wofür diese verwendet wird und deren Bedeutung. Bei der zweiten Demonstration konnten viele Teilnehmer die verschiedenen Bong-Aufwärmübungen und die Bong Hyung Il Buh lernen. Die anwesenden Tang Soo Do Schüler haben Meister Trogemann entsprechen unterstützt.

Tang Soo!

*Leonidas Kalojanidis, Cho Dan Bo, TSD Neufahrn*

Der Budolehrgang - insbesondere Stenka - aus der Sicht eines Cho Dan Bo

Für mich war es überaus spannend, die Vielfältigkeit der Kampfsysteme zu erfahren, ihre Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu erleben, Kenntnisse von den verschiedenen Interpretationen zu erlangen, das Zusammenfließen verschiedener Disziplinen und die verschiedenen Philosophien kennen zu lernen. An dieser Stelle vielen Dank an alle Organisatoren für das überwältigende Angebot, vor allem an Herbert Possenriede, den Budo-Beauftragten des DDK.



Teilnehmer des Stenka-Lehrgangs (Fotos von Dirk Gringel)

Wohl am meisten in seinen Bann gezogen hat mich Valeriy Maistrovoy aus Russland mit einem mir bis dahin völlig unbekanntem Kampfsystem, mit Stenka, was soviel wie Wand oder Wall bedeutet. Vermutlich hat mich daran besonders fasziniert, dass hier Teamsport wirklich gelebt wird. Hier wird wirklich als Einheit gekämpft und zwar in Form einer engen Kette, innerhalb derer jeder seinem Nachbar Schutz und Unterstützung bietet.

Ehe wir nun eine sogenannte Wand bildeten, bereitete uns der charismatische Russe mit Übungen in der klassischen eins-zu-eins-Situation vor. Unsere Kämpfe führten wir nur ohne Schlag- und Tritttechniken und ohne Waffen aus, wurden aber sehr wohl darin unterwiesen.

Toll war auch, dass ich hier - wie ebenso bei allen anderen Kursen - meine Kenntnisse aus Tang Soo Do und Judo verwenden konnte.

Für riesige Begeisterung sorgte, dass zum Abschluss des ersten Tages alle Budo-Lehrgangsteilnehmer mit eingebunden wurden - selbstverständlich in Männer, Frauen und Kinder unterteilt.

Apropos Kinder, natürlich habe ich Stenka auch ins Judotraining der Jüngeren integriert mit dem Effekt: Die Kinder wollen gar nicht mehr damit aufhören. So trainieren sie mit großem Spaß Geschicklichkeit, Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht, Taktieren und vor allem Teamgeist.

Tang Soo!

*Stefan Steinsdorfer, Cho Dan Bo, TSD Neufahrn*

### ***Stenka-Lehrgang am 01.05.2018 in Esting***

Bericht eines Cho Dan Bo

Vor fünf Jahren hatte Meister Trogemann uns über seine Kontakte zu einem israelischen Meister Einblick in den Weißen-Kranich-Stil in Form eines Lehrgangs verschafft. Dieser Lehrgang war auf großes Interesse und Begeisterung gestoßen, entsprechend war das Studio in Esting fast überfüllt gewesen.

Um uns einen weiteren, internationalen Blick über den Tellerrand unserer Kampfkunst zu verschaffen, organisierte Meister Trogemann am 1. Mai einen Lehrgang mit dem russischen Meister Valeriy Maistrovoy, der die in Russland lang verbotene Kampfsportart "Stenka" wiederaufleben lässt. Stenka wurde

mit den meisten anderen Kampfsportarten und Kampfkünsten 1917 von Kaiserin Katharina für die normale Bevölkerung verboten, um mögliche Aufstände leichter niederschlagen zu können. Erst unter Gorbatschow wurde dieses Verbot 1989 aufgehoben, seitdem tauchen nach und nach viele verschwundene Stile dort wieder auf und verzeichnen ein großes Wachstum.



Teilnehmer des Stenka-Lehrgangs

"Stenka" ist das russische Wort für "Wand". Dieses Wort prägt auch gleichzeitig die Art des Kampfstils, da die Kämpfer als Team versuchen, eine undurchdringliche Wand zu bilden und gemeinsam und koordiniert zu agieren. Das Ziel in einem Stenka-Wettkampf ist, die gegnerische Wand aus Kämpfern zu durchbrechen oder einen der gegnerischen Kämpfer aus dem Ring zu drängen oder zu Fall zu bringen. Man gewinnt oder verliert also immer als ganzes Team.

Der Lehrgang begann mit einem Team/Partner-Aufwärmprogramm, bei dem jeder versuchte, seinen an der Hand gehaltenen Gegenspieler aus der Balance zu bringen. Bei der zweiten Aufwärmübung sollte das Gegenüber durch Schubsen an Schulter, Bauch, Hüfte oder Beinen aus dem Gleichgewicht gebracht werden. Hört sich einfach an, war aber sehr anstrengend gleichzeitig auch ein großer Spaß für alle. Vor allem auch, weil der Verlierer kräftig Liegestützen pumpen musste.

Danach wurde der koordinierte, gleichzeitige Angriff geprobt, bei dem die ganze Reihe Kämpfer synchron festgelegte Angriffs-Bewegungen ausführen sollte. Durch Beinarbeit verschob sich die Wand immer nach Links und Rechts. Der kleinste Fehler im Ablauf oder der eigenen Konzentration wurde sofort durch Rempler und Stolpern spürbar.

Zum Abschluss wurde noch eine Art Gruppenkampf durchgeführt, bei dem jeweils eine Kette von Kämpfern gebildet wurde, die versuchen musste, die gegnerische Kette zu durchbrechen, aus dem Ring zu schubsen oder zu Fall zu bringen. Dies war äußerst unterhaltsam, aber unglaublich Kräfte zehrend. Am Ende waren die Spiegel im Studio trotz des warmen Wetters komplett beschlagen und ich sicher um 3kg leichter.

In Summe also eine sehr gelungene, unterhaltsame aber auch lehrreiche Veranstaltung. Vielen Dank daher an Meister Trogemann für das Organisieren, ich freue mich schon auf den nächsten Exkurs!

*Sönke von Heymann, Cho Dan Bo, TSD Esting*

Bericht eines Sah Dan

Stenka... Wenn man einem Russisch sprechenden Menschen das Wort „Stenka“ so sagt, wie man es in Deutschland schreibt und ausspricht, wird er wohl nicht ganz verstehen, was gemeint ist. Im Zusammenhang mit Kampfsport bzw. Kampfkunst handelt es sich hierbei um ein Selbstverteidigungssystem aus Russland, das mittlerweile in 20 Ländern praktiziert wird. Das Wort **Stenka** steht übrigens für **Wand** und soll verdeutlichen, wie die beiden Kämpfer-Teams aufeinandertreffen.

Am ersten Mai von 10:00 – 13:00 Uhr – es war ein Dienstag, aber ein Feiertag eben – konnte eine überschaubare Gruppe interessierter Tang Soo Do Schüler einen ersten Eindruck von Stenka bekommen. Meister Valeriy Maistrovoy und sein Assistent Hubert Berndt nahmen sich drei Stunden Zeit, um uns die Highlights dieser Sportart näher zu bringen. Bei der Gelegenheit erzählte uns Meister

Maistrovoy einiges über die Entstehungsgeschichte von Stenka, stellte sein Buch „Stenka: l'art martial corps à corps russe“ vor und zeigte noch einige Infomaterialien über Stenka.

Wenn man sich die Vorübungen, die Grundbewegungen und auch die Team-Kämpfe als Zuschauer aus einer sicheren Entfernung ansieht, wird man vermutlich nicht wirklich vom Hocker gerissen, falls man bisher keine Berührungspunkte mit Stenka gehabt hat. Wenn man allerdings das volle Programm über sich ergehen lässt, indem man aktiv mitmacht, so wird man sofort merken, dass alles ziemlich anstrengend ist. Die Techniken sind gewöhnungsbedürftig, die Bewegungsabfolgen erfordern die volle Konzentration und die Team-Kämpfe erfordern ein hohes Maß an Können, Ausdauer, Taktik und vor allem Teamwork, wenn man nicht gleich nach wenigen Augenblicken scheitern möchte. Die Leistungen des einzelnen Mitglieds der Wand sind zwar wichtig, aber über Sieg oder Niederlage entscheidet die Leistung des gesamten Teams.

Bei solchen Schnupperstunden haben jene Teilnehmer einen klaren Vorteil, die bereits zahlreiche Erfahrungen in Judo oder Ju Jutsu gesammelt haben. Das Ziehen am Partner und das Spielen mit dem Gleichgewicht und der Stabilität der Kampfpartner gehören nicht zu den Standardbeschäftigungen in unserem Tang Soo Do Training. Aber unter anderem davon leben die Kampfhandlungen in Stenka. Während des Lehrgangs durften wir einige sehr interessante Übungen und Spiele kennenlernen.

Ich denke, der Lehrgang hatte allen Beteiligten großen Spaß gemacht. Meister Maistrovoy konnte mit seiner Art, das Wissen zu vermitteln, neue Bewegungsabfolgen vorzustellen und das Tempo zu steigern, die Anwesenden motivieren und für die neuen Techniken begeistern. An der Stelle vielen herzlichen Dank an Meister Trogemann, Meister Maistrovoy und Hubert Berndt. Alle drei hatten sie dazu beigetragen, dass wir einen sehr interessanten Lehrgang erleben durften. Und – am Rande gesagt – manche Teilnehmer dachten noch tagelang an Stenka... Und zwar wegen dem Muskelkater, den ihnen die ungewohnten Übungen beschert hatten.

*Richard Auer, 4. Dan, TSD Sunrise-Helios*

### **Sommerlehrgang vom 10.05. - 13.05.2018 in Taching**

*„Mein erster Sommerlehrgang in Taching hätte nicht besser werden können!“*

In den frühen Morgenstunden am Donnerstag, 10.05.2018 fuhren 17 Issumer von NRW los. Nach einer langen Autofahrt kamen wir gegen Nachmittag am seegerlegenen Campingplatz in Taching an. Alle Mitgereisten bauten bei einem Erfrischungsgetränk in Ruhe das Zeltlager auf. Im Laufe des Mittags stießen sieben weitere Niederrheiner (Menzelen) dazu. Der Abend wurde nach köstlicher bayrischer Küche in einem nahegelegenen Wirtshaus mit einem gemütlichen Beisammensitzen am Platz perfekt abgeschlossen.

Nach einer erholsamen Nacht und einem stärkenden Frühstück mit Semmeln und Brezeln, ging der erste volle Tag richtig los. Unsere Gruppe teilte sich auf: einige besuchten Salzburg, andere gingen Wandern und der Rest verbrachte den Mittag bei bestem Wetter am See. Da drei Issumer das erste Mal dabei waren, war es für diese nach Issumer's traditioneller Pflicht, „getauft“ zu werden. Das bedeutet, dass die Neulinge in den See (der in diesem Jahr dank gutem Wetter glücklicherweise nicht ganz so kalt war) geworfen wurden.

Am Abend fand dann schon die erste Trainingseinheit mit Meister Klaus Trogemann statt. Wir trafen im Do Jang auf viele deutsche Verbandsmitglieder. Zudem aber auch auf Niederländer, Schweizer und Mitglieder aus Schweden. Im Training ging es zunächst um die korrekte Ausführung der Grundtechniken. Später wurden einige Falltechniken geübt. Das zweistündige Training verging schnell und leitete den wohlverdienten Grillabend auf dem Hof Gramminger ein. Unter sternklarem Himmel und mit Grillfleisch, Marshmallows, erfrischenden Getränken und entspannter Stimmung, fühlte es sich wie Urlaub an.

Samstags begann das Training um neun in der Früh. Die bekannte Trommel stand schon bereit, die uns das ganze Wochenende bei den Hyungs begleitete. In dem anderen Teil der Einheit zeigte Meister Trogemann einige Freikampftechniken. Paarweise und durchmischt wurden diese locker, aber mit gewisser Ernsthaftigkeit trainiert. Anschließend wurde das Geübte von Lehrgangsteilnehmern im Ring vorgeführt, bei dem die Dan-Träger unter der Aufsicht von Meister Trogemann als Haupt- und Eckenrichter geschult wurden. Zum Ende lernten wir unter Anleitung Schüttel-Qi Gong kennen. Diese erste Erfahrung hat uns sehr begeistert. Nach rund drei Stunden Training absolvierten die Schwarzgurte noch ein für sie abgestimmtes Zusatztraining. Der Rest des Tages wurde am See und anschließend

wieder mit allen anderen Lehrgangsteilnehmern bei Gramminger ausgeklungen. Besonderes Highlight an diesem Abend: Die Schnapsverkostung der Hausbrennerei Gramminger.

Am letzten Tag des Lehrgangswochenendes liefen wir erneut um neun Uhr morgens zur Trainingshalle. Meister Trogemann berichtete von seinen interessanten und lehrreichen Erlebnissen und verknüpfte diese Erzählungen an die ersten zehn Hand-, Fuß- und Selbstverteidigungstechniken. Anschließend verabschiedeten sich alle herzlich und fuhren Heim.

Mein persönliches Fazit: Der Sommerlehrgang ist eine tolle Gelegenheit, die große Tang Soo Do Familie kennenzulernen, gemeinsam sehr viel Spaß miteinander zu haben und dies mit abwechslungsreichem Training zu verbinden. Ich freue mich schon auf das nächste Jahr, wenn der Sommerlehrgang Taching sein 25-Jähriges Jubiläum feiert. Ich danke all denjenigen, die dieses Wochenende möglich gemacht haben. Tang Soo!

*Chantal Groß, 3. Gup und Claas Düllings, 3. Gup, TSD Issum*

## HINWEISE

### **Kommende Veranstaltungen**

- ⊗ 29.08. - 31.08.2018 *WTSDA-Europa-Meister-Lehrgang in Nottingham, GB / M. & N. Khan, GM Robert Beaudoin*
- ⊗ 01.09. 2018 *WTSDA-Europa-Dan-Lehrgang in Nottingham, GB / M. & N. Khan, GM Robert Beaudoin*
- ⊗ 08.09. 2018 *DTSDV-Dan-Prüfung in Esting / K. Trogemann und Meister der DTSDV*
- ⊗ 03.11. - 04.11.2018 *WKGC-European & -German-Ki-Gong-Lehrgang in Esting / K. Trogemann*
- ⊗ 17.11. - 18.11.2018 *DTSDV-Techniklehrgang in Alpen, NRW / G. Engenhorst, K. Trogemann*
- ⊗ 24.11.2018 *DTSDV-Waffenlehrgang in Leitershofen / Th. Krause, K. Trogemann*
- ⊗ 15.12.2018 *Senior-Dan-Lehrgang und Hauptversammlung der DTSDV in Esting / K. Trogemann, Studio-/Club-Leiter*
- ⊗ **Alle TSD-Ereignisse 2018 können jederzeit auf der DTSDV-Homepage unter [http://www.dtsdv.de/Verband/DE\\_Termine.htm](http://www.dtsdv.de/Verband/DE_Termine.htm) einsehen werden.**

### **Bitte beachten!**

- ⊗ *Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die letztendliche Entscheidungskompetenz, die über die Zulassung zu einer Dan-Prüfung oder das Bestehen einer Dan-Prüfung beschließt, ausschließlich bei der Deutschlandvertretung der WTSDA liegt! Jedes in Frage kommende DTSDV-Mitglied kann sich jederzeit wegen einer kompetenten Auskunft persönlich an die Vertretung wenden.*

*Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting*

- ⊗ *Vielen Dank an alle Schreiber, die Beiträge für unseren Newsletter liefern. Der Newsletter lebt ja so gut wie ausschließlich von schriftlichen Beiträgen der DTSDV-Mitglieder für andere DTSDV-Mitglieder und sonstige interessierte Leser.*

*Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios*

**German TSD Newsletter der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V., gemeinnützig** wird als Mitgliederzeitung für die DTSDV–Studios, –Clubs und –Gruppen herausgegeben und über die Verbands-Homepage [www.dtsdv.de](http://www.dtsdv.de) veröffentlicht.

<p><b>Herausgeber</b></p> <p>Deutsche Tang Soo Do Vereinigung e.V. Germany, gemeinnützig (Verband für traditionelles Tang Soo Do)</p> <p><u>Vertretung:</u></p> <p><b>Klaus Trogemann</b> <b>Palsweiserstraße 5-i</b> <b>82140 Olching / Esting</b> <b>Tel.: 08142-13773</b> <b>Fax: 08142-179972</b> <b>E-mail: <a href="mailto:dtsdv.trogemann@t-online.de">dtsdv.trogemann@t-online.de</a></b> <b>Web-Page: <a href="http://www.dtsdv.de">www.dtsdv.de</a></b></p>	<p><b>Beiträge und Mitteilungen</b></p> <p>Textbeiträge und Fotos für den Newsletter sowie Mitteilungen, die den Newsletter betreffen, bitte per E-Mail an</p> <p><b><a href="mailto:dtsdv.trogemann@t-online.de">dtsdv.trogemann@t-online.de</a></b></p> <p>oder per Post senden an</p> <p><b>Klaus Trogemann</b> <b>Palsweiser Straße 5-i</b> <b>82140 Olching/ Esting</b></p> <p>oder am Telefon mitteilen</p> <p><b>08142-13773</b></p>
---	---

### **Mitglieder der DTSDV e.V.**

Adressen der an die DTSDV angeschlossenen Studios, Clubs und Gruppen – siehe bitte [www.dtsdv.de](http://www.dtsdv.de) unter **Vereine / Links**

### **Aktuelle Termine**

Aktuelle Termine können auf der Homepage [www.dtsdv.de](http://www.dtsdv.de) unter **Termine** eingesehen und ausgedruckt werden.

### **Bemerkung in eigener Sache**

Mit Annahme eines Manuskriptes (Texte und Abbildungen) durch die Newsletter-Redaktion überlässt der Autor sämtliche Verwertungsrechte im Sinne des Urheberrechts der DTSDV e.V. 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.

*Klaus Trogemann, Newsletter-Redaktion der DTSDV e.V.*