



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 Juni 2015

EDITORIAL

Würdigung zum Abschied von einem gemeinsamen langjährigen Mitglied der DTSDV.



Ab Juli 2015 wird Meister Brian Olden leider zu unserem großen Bedauern aus beruflichen Gründen seine Wirkungsstätte und somit auch sein TSD Studio Chung Shin von Amberg in der Oberpfalz nach El Paso in Texas verlegen. Er war über 25 Jahre in Deutschland beruflich als Zivilangestellter für die Streitkräfte der USA tätig und betrieb dabei zuerst in Würzburg und danach in Amberg auf ehrenamtlicher Basis ein TSD Studio unter dem Dach der DTSDV. Wir trafen uns das erste Mal anlässlich seiner Dan-Prüfung zusammen u.a. mit Meister Gerold Engenhorst 1994 in Würzburg. Er war bis zu diesem Zeitpunkt ein Schüler von Meister Johnny Williamson in Rheinberg gewesen und davor bereits ein Schwarzgurträger im Kyokusin Kai Stil Karate. Nach seiner Erlangung des 1. Dan im TSD wurde er mein Schwarzgurtschüler und war es bis heute. Während dieser Zeit erlangte er 2013 den Rang eines 5. Dan Meister. In all diesen vergangenen 22 Jahren war er ein beispielhafter Träger des Schwarzgürtels im WTSDA und der DTSDV. Er baute nicht nur ein florierendes TSD Studio in der jeweiligen beruflichen Wirkungsstätte auf, sondern war uns ein wertvolles Mitglied indem er die DTSDV in all der Zeit beispielhaft in allen Aspekten des sportlichen Betriebes tatkräftig unterstützte. Man sah ihn bei fast allen nationalen und internationalen Veranstaltungen, wie Meisterschaften, Lehrgängen sowie als Trainer und Versammlungen, die er tatkräftig unterstützte. Er war uns allen als Martial Artist immer ein Vorbild und lebte es uns mit seiner Bescheidenheit vor, wie ein Danträger innerhalb der WTSDA und der DTSDV zu sein und zu erscheinen hat. Seine Schüler zeigten immer ein gutes Beispiel wie ein guter Schüler sich im TSD zu verhalten hat. Sie nahmen ebenfalls immer erfolgreich an unseren Meisterschaften und Lehrgängen teil. Sie alle waren Teil unserer brüderlich/Schwesterlichen Gemeinschaft. Außerdem war er immer für die DTSDV ein wichtiger und kompetenter Ratgeber in TSD Verbandsangelegenheiten. Er war ein loyaler verlässlicher Teil unsere DTSDV Gemeinschaft.



**Klaus Trogemann with Brian Olden
and Roger Lewis**

neben anderen seiner Schüler bis zum 1. Dan.

Bei seinem letzten gemeinsamen Training mit uns in Taching hielt er eine bewegende Abschiedsrede in Deutsch, die uns alle sehr beeindruckte. Es erfüllt mich mit Stolz ihn als meinen Meisterschüler bezeichnen zu dürfen.

Wir alle, insbesondere ich, werden ihn und sein beispielhaftes Auftreten sehr vermissen und wünschen ihm alles Gute in seinem neuen Wirkungskreis und Lebensabschnitt in El Paso.

Thank you very much Master Brian Olden for being one of my most loyal fellow Martial Artist and friend. For us you were an outstanding Martial Artist and we will miss you very much. May be the distance will be not too far, that we will be able to stay still in close communication with each other in old Martial Art friendship. Good luck and please take care my friend!

Your old Martial Art buddy Klaus Trogemann.

PS Who is going to get me my steaks now??? LOL

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

Über den Tellerrand schauen!

Am 26.05.2015 hatte das TSD-Studio Esting einen kurzfristig angekündigten Besuch von Sifu Zachy Shohat aus Haifa Israel. Trotz der Ferienzeit nahmen sich 30 DTSDV-Schüler aus 5 TSD-Vereinen die Zeit und die längere Anfahrt in Kauf, um bei diesem interessanten Ereignis dabei zu sein. Denn nicht alle Tage erlebt man ein Training mit einem so versierten und kompetenten Meister des Weißen Kranich Stils. Er schaffte es, in 90 Minuten den anwesenden TSD-Mitgliedern einen Einblick in diesen Stil zu vermitteln.

Auch wenn wir normalerweise fast ausschließlich TSD trainieren, heißt es noch lange nicht, dass man nicht mal über den Tellerrand schauen sollte. Ohne seinen eigenen TSD-Stil zu vernachlässigen, ist es doch zur eigenen persönlichen Bereicherung, Erfahrung und als Lerneffekt wichtig, gelegentlich an einem Lehrgang von einem anderen Kampfkunststil teilzunehmen. Wie es schon im Rahmen der DTSDV in den vergangenen Jahren mit Hap Ki Do, Ki Gong und Haidong Gumdo der Fall war. In diesem Fall der traditionellen Kampfkunst des Weißen Kranichs war es die Erkenntnis, dass man in den Grundbewegungen und den Bewegungsmustern nicht weit voneinander entfernt war. Man kann nur von Besuchen solcher Lehrgänge für sich selbst profitieren. Ich selbst mit 50 Jahren Kampfsport- und Kampfkunsttätigkeit in fünf Stilarten habe inzwischen die Erkenntnis gewonnen, dass man sich irgendwie immer wieder auf einer bestimmten Ebene trifft. Obwohl man die eigene praktizierte Stilart sehr schätzen und auf keinen Fall vernachlässigen sollte, ist es doch für die eigene persönliche Entwicklung von Wichtigkeit, sich auch mal mit anderen Stilarten zu beschäftigen. Eigenartigerweise gelingt dies mit der Zeit immer besser, sich zu adaptieren und sich schneller zurechtzufinden.

Um es mal an einem Beispiel zu verdeutlichen. Jemand fängt mit dem Erlernen des Klavierspiels an. Nach einiger Zeit sind ihm Noten und Musikstücke bis zu einem gewissen Grad geläufig geworden. Zu diesem Zeitpunkt ist man durchaus in der Lage ein weiteres Instrument wie z.B. Violine hinzuzufügen. Es sind die Noten bereits bekannt, man hat schon ein gewisses Repertoire an Musikstücken erlernt und braucht sich nur noch auf die technischen Besonderheiten des neuen Instrumentes zu konzentrieren.

Nehme ich nun mein eigenes Beispiel, so fing ich mein Kampfkunsttraining mit dem Erlernen von Judo an. Nach einigen Jahren war die Fall- und Wurfschule im Judo so gefestigt, dass ich nebenbei mit dem Erlernen von Ju Jutsu begann. Hier brachte ich schon die Aspekte des Fallens und des Werfens sowie Hebelns mit. Neu hinzu kamen nun die Schlag- und Tritttechniken neben den zusätzlichen Würfen und Hebeln. Nebenbei erlernte man zusätzlich auch noch Hebel- und Wurftechnikprinzipien aus dem Aikido. Die anderen Elemente waren einem schon aus dem Judo und Ju Jutsu bekannt. Als ich dann wiederum einige Jahre später das Training im TSD begann, kamen mir dort meine Fertigkeiten der Schlag- und Tritttechniken aus dem Ju Jutsu zu Gute. Nach vielen Jahren im TSD, welches in meinem Fall sehr mit den erlernten Bewegungsmustern aus Judo, Ju Jutsu und Aikido hinterlegt war, kam durch Zufall noch Hap Ki Do hinzu. Hier konnte ich, sehr zu meinem wie auch meines Trainers Erstaunen, überrascht feststellen, dass meine inzwischen vorhandenen Bewegungsmuster aus den vorherigen Kampfkünsten das Erlernen des Hap Ki Do ungemein erleichterten, um nicht zu sagen beschleunigten. Die zuvor geschaffene Basis aus den anderen Kampfkünsten war ein wichtiges Fundament im Erlernen von Hap Ki Do. Zu guter Letzt, als ich wiederum einige Jahre später mit dem Erlernen von Ki Gong begann, war es eine total neue Erfahrung. Die Beschäftigung mit Ki Gong erlaubte mir plötzlich ein Dach des Verständnisses und vermittelte mir die Erkenntnis, dass die Techniken des Ki Gongs in meine bereits vorhandenen Bewegungsmuster aus den bisher erlernten Kampfkünsten diffundierte, sie unterwanderte und sie in eine neue Dimension erhob. Heute gibt es für mich eigentlich keine wirklich neuen Bewegungen mehr, sondern nur immer wiederkehrende Varianten des Bisherigen.

Als meine persönliche Erkenntnis resultiert daraus, dass der Kreis der Kampfkünste sich nach ca. 50 Jahren zu schließen beginnt. Dies wäre nicht geschehen, wenn ich nicht auch hier und da über den Tellerrand der eigenen Kampfkunst geschaut hätte.

Trotz der Empfehlung hier und da über den Tellerrand zu schauen sollte man seine eigentlich praktizierte Kampfkunst nie vernachlässigen. Denn vor allem da man hat ja die Verpflichtung, sich weiterzuentwickeln! Die nebenbei erworbenen Kenntnisse aus anderen Kampfkünsten helfen einem nur, seinen persönlichen Stil zu entwickeln, ohne allerdings den eigentlich erlernten Stil in seiner Wesensart zu verfälschen.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

BERICHTE ZU EREIGNISSEN DER DTSDV UND WTSDA

10. Kinder- und Jugendlehrgang vom 18. April 2015 in Solln

Eindrücke eines Schülers

Der diesjährige Kinder- und Jugendlehrgang in Solln stand unter einem besonderen Zeichen: das 10. Jubiläum! Rund 30 Teilnehmer, hauptsächlich Orange-Gurte, wollten sich diesen Lehrgang unter der vortrefflichen Leitung von Meister Robert Ochwat (4. Dan) nicht entgehen lassen. Nach einigen Spielen (z.B. Kettenfangen) und Übungen zur Aufwärmung, bei denen die Teilnehmer übrigens sehr viel Spaß hatten, übten die Kinder unterschiedliche Hand- und Fußtechniken paarweise mit Schlagpolster unter der Aufsicht von 6 Trainern, wobei immer wieder kurze Pausen eingelegt wurden, in denen Meister Ochwat die einzelnen Techniken ausführlich erklärte. Besonders betont wurden hierbei die unterschiedlichen Versionen des Ellenbogenschlags (Pal Koop), zum Beispiel eine kraftbetontere Variante. In der darauf folgenden 15-minütigen Pause gab es auch eine kleine Überraschung: Aufgrund des weiter oben genannten Jubiläums wurde Meister Ochwat von einem befreundeten TSD-Verein eine Torte überreicht und anschließend unter den Teilnehmern aufgeteilt. Nach der Pause wurden 3 Stationen zur Übung der Fallschule aufgebaut: An der ersten Station wurde die einfache Rolle vorwärts geübt, an der zweiten ein Sprung eingefügt und an der dritten wurde schließlich mithilfe eines Trampolins die Flugrolle trainiert. Später wurden noch individuelle, selbst kreierte Figuren gesprungen. Seniormeister Klaus Trogemann (6. Dan) übte während dessen mit einer Auswahl höherer Gup-Grade Formen, wobei er besonders auf die Details, Stellungen und verschiedene Ausführungen achtete. Außerdem ließ er die Übenden ganze Sequenzen wiederholen und ging bei seinen Korrekturen geduldig auf jeden einzelnen ein. Zum Schluss wurde schließlich noch ein Spiel gespielt, bei dem bestimmte Gruppen nach Ablauf einer gewissen Zeit Liegestütze, Sit-Ups oder Hampelmänner machen mussten. Nach dem Abgrüßen konnten diesmal aufgrund von Lieferschwierigkeiten leider keine „Erinnerungsgeschenke“ verteilt werden (sie werden den jeweiligen Trainern in Taching nachträglich ausgehändigt), dennoch war der Lehrgang sicherlich wie immer eine sehr lehrreiche Erfahrung, die noch einen großen Spaßfaktor enthielt.



KiJu-Lehrgang 2015: Trainer und alle Teilnehmer



KiJu-Lehrgang 2015: Meister Robert Ochwat, Barbara Steinmetz, Jo Kandlbinder, Anna Steinmetz, Dr. Anna Schwarz, Dr. Christian Fasold

Auf jeden Fall ist dieser Lehrgang für Kinder und Jugendliche immer wieder sehr empfehlenswert, da er speziell für diese Zielgruppe ausgerichtet wird und darüber hinaus anders als die übrigen, auf spezielle Themen für alle Altersstufen angedachten Lehrgänge und auch das normale Training konzipiert ist. Damit kann er als eine erfrischende Abwechslung angesehen werden.

An dieser Stelle noch vielen Dank an Meister Robert Ochwat, der sich teilweise monatelang auf jeden derartigen Lehrgang vorbereitet und jedes Mal ein neues, individuelles Programm ausarbeitet. Ohne ihn, der diesen Lehrgang bereits zum 9. Mal organisierte, wäre das Ganze nicht möglich. Einen großen Dank auch an das Trainerteam, bestehend aus Barbara Steinmetz, Dr. Anna Schwarz, Anna Steinmetz, Dr. Christian Fasold und Jo Kandlbinder, das die teilnehmenden Schüler mit viel Einfühlungsvermögen begleitete, sowie an Meister Trogemann, auf dessen Anregung der Kinder- und Jugendlehrgang vor 10 Jahren ins Leben gerufen wurde.

Leonard Auer, 4. Gup, TSD-Sunrise-Helios

Resümee eines Trainers

Bereits vor mehr als 10 Jahren wurde die Idee von einem neuartigen, vereinsübergreifenden Tang Soo Do - Lehrgang für eine bestimmte Altersgruppe, nämlich für Kinder und Jugendliche, geboren. Genauso wie die seit einigen Jahren erprobten Lehrgänge für fortgeschrittene jugendliche und erwachsene Schüler sollte hiermit ein jährlich wiederkehrendes Event entstehen, das auf die besonderen Bedürfnisse der Zielgruppe zugeschnitten sein sollte und zusätzlich die Möglichkeit bieten sollte, dass die Kinder und Jugendlichen der unterschiedlichen Vereine sich kennen lernen und sich später – beispielsweise auf anderen Lehrgängen und Meisterschaften - gegenseitig unterstützen können. Nach einigen Monaten konzeptioneller und organisatorischer Arbeit war es dann soweit: Der erste Kinder- und Jugend-Freundschaftslehrgang sollte am 13. Mai 2006 in Ismaning stattfinden. Im Vordergrund sollten folgende Aspekte stehen: Neues erlernen, Bestehendes festigen, neue Freundschaften schließen und nicht zuletzt eine große Menge Spaß haben. Die Lehrgangsleitung übernahm damals Meister Klaus Trogemann, der bei den organisatorischen Aufgaben von dem damaligen TSD-Team aus Ismaning unterstützt wurde. Freiwillige Helfer aus anderen Vereinen stellten sich auch zur Verfügung. Einige von denen - z.B. Alex Schmid, Christian Fasold und Mario Petelin - kennen bestimmt viele von uns. Die Idee von dem KiJu-Lehrgang wurde sowohl von den jungen TSD-Schülern als auch von ihren Eltern mit Begeisterung aufgenommen. Im Nachgang lässt sich sagen, dass das von Meister Trogemann entwickelte Konzept sich gleich beim ersten Mal in der Praxis bewährt hatte. Dies hatte man zwar von vorn herein so gewünscht, aber erst während des Lehrgangs und anhand der anschließenden positiven Rückmeldungen hatte man die Gewissheit, dass der Lehrgang tatsächlich ein voller Erfolg war. Demzufolge war es klar, dass die Lehrgangreihe unbedingt fortgesetzt werden sollte.

Bei der nächsten Jahreshauptversammlung der DTSDV, die im Dezember 2006 stattfand, wurde die Position des Jugendreferenten geschaffen und besetzt. Von nun an sollte Robert Ochwat (damals 3. Dan und mittlerweile 4. Dan Meister) die Kinder- und Jugendlehrgänge organisieren und leiten. Dies geschah auch so, denn in den kommenden Jahren wurden von ihm an verschiedenen Orten, bzw. in verschiedenen TSD-Studios derartige Lehrgänge mit schwerpunktmäßig unterschiedlich gesetzten Themen (z.B. Fallschule, Gleichgewichtsschulung, Hand- und Fußtechniken, Bodentechniken und –kampf, Koordination- und Kondition-Zirkeltraining, Hand- und Fußtechniken im Sprung, Koordinations-training und Atemübung, Flugrolle) erfolgreich abgehalten. Die hohen Teilnehmerzahlen sprachen und sprechen da immer noch eine eindeutige Sprache. Bloß wie sieht das Rezept für eine derartige Veranstaltung aus? Robert Ochwat versucht den Teilnehmern immer etwas Besonderes zu bieten, was im täglichen Training meistens nur schwer zu bewerkstelligen ist. Zugute kommen ihm da all die Erfahrungen, die er als Kampfkünstler und TSD-Trainer gesammelt hatte. Er beobachtet aufmerksam die Kinder und Jugendlichen im eigenen Studio und überlegt sich allgemein gültige Konzepte, die für die Mehrheit der künftigen Teilnehmer ebenfalls sehr interessant sein dürften. Um der verantwortungsvollen Aufgabe gerecht zu werden, hatte Robert Ochwat einige Kurse beim BLSV, der IHK und an der KWON-Akademie absolviert, dazu noch etliche Fachbücher gelesen und viele Erfahrungen im Umgang mit Kindern und Jugendlichen durch Unterricht und Kurse innerhalb und außerhalb des Tang Soo Do – Umfeldes gesammelt. Die Vorbereitung eines kompletten KiJu-Lehrgangs dauert gleich mehrere Monate. Das Thema selbst steht zumeist bereits 10 Monate vor dem nächsten Lehrgang fest. Spätestens 3 Monate vor dem Lehrgangstermin ist dann das „Storybook“ für den technischen und zeitlichen Ablauf fertig. Die Feinplanung wird allerdings erst nach den Rückmeldungen der teilnehmenden Vereine angegangen. Dann kann auch der Einsatz der freiwilligen Helfer fest eingeplant werden.

Durch die Teilnahme an den KiJu-Lehrgängen sollten die Teilnehmer in positiver Weise gefördert werden. Hierbei geht es in erster Linie um Offenheit (Neuem und anderem gegenüber), Neugierde

(nach Wissen, Unbekanntem und Neuem), Verständnis (anderen gegenüber), Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein, Erkenntnis (z.B.: auch Erwachsene und Trainer sind Menschen). Selbstverständlich sollten den Teilnehmern auch viele wichtige Werte (unter anderem unsere 5 Gebote der WTSDA) und der Spaß an der Bewegung vermittelt und nicht zuletzt die Vielseitigkeit unserer Kampfkunst aufgezeigt werden. All dies geschieht auf eine Art und Weise, die von den Teilnehmern sehr gerne aufgegriffen wird. Am Ende eines jeden KiJu-Lehrgangs gibt es keine Urkunde, sondern ein kleines Erinnerungsgeschenk, das gleichzeitig als Bestätigung der Teilnahme gilt und auf das jeder Teilnehmer wirklich stolz sein kann.

Zum Schluss bleibt nur noch Danke zu sagen, und zwar an Meister Trogemann, Meister Ochwat und alle Helfer aus dem Sollner sowie den anderen TSD-Vereinen, die mit ihrem uneigennütigen Einsatz in den letzten 10 Jahren zum Erfolg des KiJu-Lehrgangs beigetragen hatten.

Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios

DTSDV Technik- und Formenlehrgang vom 25 - 26. April 2015 in Issum

Clinic Issum on Sunday

First my apology that this report was written in English, but with only 3 years during my high school in German I can understand the language as it is spoken and I can make myself reasonably understood. But writing German is difficult, that's why I write in English.

It is Sunday, April 26th, and the alarm rings early. Not sleep late today, but prepare for attending a clinic in Germany. At 10:00 am its start in the sports hall Am Tapp to Issum, a course for advanced Tang Soo Doka's. First, wash, dress and eat breakfast, then the bag Do bohk and Dee pack plus the collection of weapons (bong, then jang gum and gum), everything in the car and then en route from the Netherlands to Germany. After 45 minutes arrived at the parking lot of the sports hall, where a number of participants are waiting. At a quarter to ten the hall opens and everyone inside to change clothes in Do Bohk. At the stroke of 10:00 am everyone is prepared to begin the clinic. Curricula here are higher Hyungs with and without a weapon under the inspiring leadership of 6th Dan Klaus Trogemann country representative of Germany.

For the warm-up Bassai is used that everyone walks three times. Quiet to begin to loosen the muscles and gradually increase the intensity. Throughout the clinic Sah Buhm Nim Trogemann technical explanation of the implementation of specific techniques over form. He makes use of his personal experiences as a student of Kwang Chang Nim Jae Chul Shin, the founder of the World Tang Soo Do Association (WTSDA). Focus is given on traditional (one of the three mottos of WTSDA). It is the quality that comes with performing a Hyung within the framework of Tang Soo Do and not to add all sorts of show elements or exaggerated positions. As an example, Chun Kul Ya Seh in Sip Soo, was given where some participants during tournaments are extremely deep positioned.

The course forms that were performed before the break were Bassai, 3 Nahanchi forms (Cho Dan E Dan and Sam Dan) Sip Soo Jin Do, Ro Hai Kong Sang Koon and Sei Shan. The course was open from 1st Gup degree. It meant that not everyone performed with every Hyung. Depending on the graduation clinic attendance participated on their own level, but gave an understanding of what they will learn in the future by watching the higher graduated performing Hyungs.

After a short break, it was the turn of the Hyungs with weapons. First the 3 Bong Hyungs (Il Bu, E Bu Bu and Sam), followed by Dan Gum Hyung to end the clinic with 3 Jang Gum Hyungs (Ki Cho Jang Gum, Jong Koop Jang Gum and Jang Gum).

All in all another very educational clinic where I look back on with great pleasure. Especially the notes from personal encounters from Master Trogemann with Grandmaster Shin enlightening in the correct implementation of the various Hyungs. And further, it is always nice to see my Tang Soo Do family and friends in Germany again and to train together.

Particularly of course was the presence of three Tang Soo Doka from America.

I look forward to the next opportunity to go to Germany. Tang Soo !!

Kees Mommers, Sam Dan, Koguryo Holland

NRW Techniklehrgang

Bereits das zweite Jahr in Folge konnte sich die Abteilung Tang Soo Do des TV Issum über den Besuch von Meister Klaus Trogemann (6. Dan) erfreuen. Unter seiner Aufsicht ist Ziel des zweitägigen „NRW-Lehrgangs“, die Grundtechniken der einzelnen Schulen an den vorgesehenen Standard anzugleichen und zu verbessern. Dieses Jahr waren unter den 40 Teilnehmern Gäste aus Bayern, Wiesbaden, Venlo und Menzelen zu Gast.

Den ersten Trainingstag begann Clemens Nabbefeld mit leichten Lockerungsübungen und ging anschließend primär auf das Prätzen- und Waffentraining über. Ziel des Prätzen-Trainings war es mit dem Übungspartner ein gewisses Distanz-Gefühl für Schläge und Tritte, ggf. auch für den Ernstfall zu



Trainer und Teilnehmer des Techniklehrgangs in Issum

entwickeln. Beim Waffentraining folgten weitere Partnerübungen zusätzlich mit einem Stock. Darüber hinaus wurde den Lehrgangsteilnehmer vermittelt, diese Waffe zu verstehen und gewiss anzuwenden.

Anschließend übernahm Meister Trogemann das Training und korrigierte grundlegende Basistechniken. Außerdem gab er wichtige Hilfestellungen zur richtigen Abfolge der sogenannten Formen, eine Kette aneinander folgender Fuß- und Handtechniken. Angefangen bei den Grundformen bis hin zu den fortgeschrittenen Formen wurde auf jedes kleinste Detail geachtet.

Der zweite Trainingstag war für die Dan-Träger (Blau- & Schwarzgurte) vorgesehen. Wie am Vortag wurden die Formen wiederholt und speziell auf die höherrangigen Formen eingegangen.

Der Tang Soo Do Issum bedankt sich herzlich bei Meister Klaus Trogemann und allen Teilnehmern für ein erfolgreiches Lehrgangswochenende in der Issumer Schule.

Tang Soo!

Matthias Leenings, 1h Dan, TSD Issum

Sinn und Un-Sinn von Lehrgängen

Im Nachgang zum Frühjahrs-Lehrgang in Issum am Niederrhein möchte ich einmal meine Sicht zu Lehrgängen in unserer Kampfkunst darlegen. Am 25. und 26. April fand der Frühjahrs-Lehrgang in Issum statt. Dieser war von den Lehrinhalten und vom Ablauf her sehr gut gestaltet. Die Haupttrainer Klaus Trogemann und Clemens Nabbefeld boten ein buntes Programm aus dem großen Fächer unserer Kampfkunst. Die Lernwilligen kamen natürlich aus Issum, Menzelen und den nahegelegenen Niederlanden, aber auch aus Bayern und Hessen. Auch das gemütliche Beisammensein im Anschluss am Samstagabend war aus meiner Sicht sehr gelungen (auch wenn es für unseren Meister Gerold Engenhorst keine Kotelett-Pizza gab).

Aber das ist es nicht, was mich zu diesem Beitrag bewegt. Es ist die Tatsache, dass Lehrgänge jeglicher Art ein wichtiger Bestandteil unserer Kampfkunst ist. Für mich ist es zudem noch ein weiteres Fenster zur TSD-Außenwelt, da wir nun mal räumlich sehr weit voneinander getrennt sind. Sie geben mir und uns die Chance, über den Tellerrand unserer Studios und Vereine zu blicken und auch mal

auf eine andere Weise zu lernen, uns auszutauschen, zu sehen wie Formen und Techniken in anderen Schulen gelehrt werden. Aber bitte jetzt nicht falsch verstehen! Es geht hier nicht darum, z.B. wie eine Form gelaufen wird (denn das ist festgeschrieben!), sondern wie sie vermittelt wird. Oder darum, wie man Grundtechniken auf eine andere Weise oder mit anderen Mitteln weiter gibt und erlernen kann. Ich habe in den letzten Jahren die Möglichkeit gehabt, mehrere Lehrgänge zu besuchen und immer wieder sogenannte Aha-Effekte gehabt. Es ist immer wieder interessant zu sehen, wie bei den Lehrgängen die Hilfestellungen aus allen Richtungen an einen herangetragen werden, wenn man mal eine Technik nicht umgesetzt bekommt oder sich selber einbringt; und wenn es sprachliche Barrieren gibt, auch schon mal mit „Händen und Füßen“.

Fakt ist, dass Lehrgänge uns sehr weiterbringen können, und wie das Wort schon sagt, kommt Lehrgang von Lehren und Lernen! Und wir können alle viel mit und voneinander lernen, wenn wir es wollen und tun. Also besucht die Lehrgänge, wenn Ihr die Möglichkeit habt. Denn sie machen Sinn! Aber es ist Un-Sinn, wenn man ihnen fernbleibt, auch wenn man mal ein paar hundert Kilometer reisen muss. Sie sind gut für uns alle und fördern zudem noch den Zusammenhalt und die Geselligkeit.

Hans Peter Terhorst, 3.Gup, TSD- Menzelen

Internationaler 3-tägiger WTSDA-Formenlehrgang in Göteborg/Schweden vom 01. - 03. Mai 2015

Mir passiert es in Deutschland oft, dass ich mit fragenden Blicken angeschaut werde, wenn ich von Tang Soo Do erzähle. Selbst in und um München wo die TSD Vereinsdichte relativ hoch ist kennen nur wenige Leute die koreanische Kampfkunst. Das ist in Schweden nicht anders. Dort ist Tang Soo Do der Allgemeinheit wahrscheinlich noch weniger ein Begriff, da es dort nur zwei Vereine gibt. Einer wird von Meister Andrew Ewing in Göteborg geleitet, der andere von Meister Daniel Marcko in Stockholm. Beide sind Meisterschüler von Meister Klaus Trogemann. Aus diesem Grund wurde Herr Trogemann dieses Jahr schon zum vierten Mal von Meister Ewing eingeladen, einen umfangreichen TSD Lehrgang in Göteborg zu geben.

Selbstverständlich versucht man bei einer solchen Gelegenheit so viele Themen wie möglich zu behandeln, was sich aber leider oft nachteilig für die Teilnehmer auswirkt. Der Grund hierfür ist ihre eingeschränkte Aufnahmefähigkeit. Deshalb wurde besonders darauf geachtet, dass den Teilnehmern bei jedem Thema nicht zu viel Input gegeben wurde. Beim Thema Dynamic Kicking beispielsweise lag der Fokus darauf, das Knie zwischen aufeinander folgenden Techniken oben zu lassen. Bei Hebelgriffen wiederum wurde sich ausschließlich auf Handkipphebel konzentriert. So hatten die Teilnehmer ein optimales Verhältnis zwischen Input und Lernphase. Außer Dynamic Kicking und Hebelgriffen wurde in den drei Tagen Folgendes behandelt:

- ⊗ Ki Gong
- ⊗ Hyungs
- ⊗ Bong Hyungs
- ⊗ Bong Twirling
- ⊗ Schwert-/Messer-Hyung
- ⊗ Fußarbeit beim Freikampf



Lehrgangsteilnehmer

Insgesamt waren es circa 25 Teilnehmer, von denen elf extra aus Stockholm anreisten. Bei dem breiten Spektrum an Gürtelgraden war es nicht leicht, die Themen auf einem Niveau zu behandeln, dem alle gut folgen konnten. Um speziell auf die Schwarzgurte eingehen zu können, ließ es sich nicht vermeiden die Gruppe zweimal aufzuteilen. Herr Trogemann übernahm die Dan Träger und Herr Ewing und ich die Farbgurte.

Für das Aufwärmtraining sprangen Nu Phan, Tuan Xuan (TKD) und Johan Englebretsson (jeweils 1. Dan) aus dem Göteborger Studio ein. Am Samstag unternahmten einige Teilnehmer zusammen nach dem fast 6-stündigen Training eine Bootstour durch die Stadt. Gegen Abend gab es dann einen BBQ bei Meister Ewing.

Dieses Event hat mir gezeigt, wofür die Wörter 'World' und 'Association' im Namen unseres Verbandes stehen. Trotz unterschiedlicher Nationalitäten und großer Distanz verbindet unsere Organisation Menschen miteinander, die ein gemeinsames Interesse in Tang Soo Do gefunden haben.

Vi hade en riktigt härlig helg i Göteborg. Tang Soo!

Thomas Schromm, 1h Dan, TSD Au/Hallertau

Sommerlehrgang vom 15.05.-17.05.2015 in Taching

Betrachtungen eines Schülers

Auch in diesem Jahr fand das Sommerlager (zum 22. Mal) in Taching statt. Nachdem die Anreise erfolgt war, freute man sich schon auf das erste Training und die vielen auch von weiter her angereisten Teilnehmer der verschiedenen Vereine. Im ersten Training wurden "zwar nur" die ersten 10 Handtechniken als Schwerpunkt geübt, aber dennoch konnte man wieder verschiedene Kleinigkeiten wie Ausholbewegungen intensiv trainieren. Da wurde mir speziell wieder klar, dass man diese Bewegungen auch immer wieder unter Beobachtung höherer Gürtelträger ausführen muss. Es wurde bei den Einzeltechniken auch darauf hingewiesen, wo die Techniken platziert werden müssen, und wie durch den richtigen Abstand die Effektivität erreicht wird. Beim Laufen der Formen hatte ich ein recht gutes Gefühl, was Hüfteinsatz, Höhe der Stände, Start und Endpunkterreichen angeht.

Beim 2. Training ging es um Techniken für den Freikampf und Techniken mit Hapkido-Einfluss. Bei den Freikampftechniken war es für mich so, dass ich es genoss, sie in kleinen Stücken mit einem anderen Partner (Verein) und auch seiner Sichtweise üben zu können. Diese konnten dann - insofern man sie schon automatisiert hatte und es gelang - beim Freikampf mit einbringen, wobei sich da oft doch der eigene Ablauf in den Vordergrund stellte.

Am letzten Tag wurden weitere Handtechniken 11-30 durchgegangen, die allerdings ihre Zeit brauchten, damit auch alle die Möglichkeit hatten, sie ausreichend zu üben und zu verinnerlichen. Mir gefiel dieses Training auch wieder sehr, da auch immer wieder darauf verwiesen wurde, dass nur mit dauerhafter und gewissenhafter Übung der **vorgegebenen Abläufe** eine ausreichende und lehrreiche Ausübung der Techniken gegeben ist. Die Vielzahl der weiterführenden Möglichkeiten wurde dabei trotzdem nicht vernachlässigt, nur halt etwas separater betrachtet, was aus meiner Sicht völlig in Ordnung geht. Dieser Lehrgang soll ja auch jedem etwas geben, zum Lernen und Nachdenken. Das traditionelle Laufen der Pyung Ahn 1h Dan 20 Minuten lang nach Trommel finde ich persönlich entspannend, wenn man einmal seinen Rhythmus gefunden hatte. Da die Zeit leider gegen uns lief, konnten die Stocktechniken nur kurz angesprochen werden, was ich sehr schade fand, aber das nächste Sommerlager in Taching kommt bestimmt und da wird wohl etwas intensiver darauf eingegangen werden. Zu guter Letzt fand ich auch das Erwähnen zum Aufstellen der Gruppe sehr gut, sich mit seiner Mitgliedsnummer auseinander zu setzen um das schnellere Beginnen des Trainings zu erreichen.

Ich möchte mich mit diesem Artikel nochmal bei unseren Meister Herrn Trogemann für diesen Lehrgang bedanken. Tang Soo!

Kai Kaps, 1.Gup, TSD Au in der Hallertau

laido Lehrgang und Prüfung

Am 23.05.15 fand im TSD-Studio Esting ein Lehrgang für Danträger und eine laido-Danprüfung statt. Nachdem der ursprünglich vorgesehene Veranstaltungsort im Münchner Norden kurzfristig abgesagt wurde, stellte der DDK-Präsident Klaus Trogemann in letzter Minute sein Studio für diese Veranstaltungen zur Verfügung.



Meister Albert mit Dan-Anwärtern



Meister Albert mit Dan-Prüflingen

Der laido-Beauftragte im DDK Meister Walter Albert kam mit seinen Schülern aus Rottweil nach Esting. Hinzu kam noch eine Schülerin aus München. Meister Albert unterwies die Dananwärter in einem 2-stündigen Lehrgang intensiv in den laido-Techniken für Schwarzgurte.

Im Anschluss daran führte Meister Albert unter Mithilfe von Klaus Trogemann in seiner Eigenschaft als DDK-Präsident für alle anwesenden Anwärter eine Prüfung zum 1. Dan laido durch. Die gezeigten Techniken der Prüflinge entsprachen den Anforderungen und somit bestanden alle die Prüfung zum 1. Dan. Im Anschluss bekamen sie ihre Danurkunde mit Pass überreicht.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

Einführung in den Kung Fu Stil ‚Weißer Kranich‘ vom 26.05.2015 in Esting

Man muss nur miteinander reden. Dies war auch neulich der Fall, als Sifu Zachy Shohat mit unserem Meister Klaus Trogemann Kontakt aufgenommen hatte. Eine Reise führte Sifu Shohat von Haifa nach München und so entstand die Idee, dass er in einem Kampfkunststudio ein Pak Hok Pai - Einführungs-training anbieten könnte.

So kam es jedenfalls, dass am 26. Mai rund 30 TSD-Schüler im Estinger TSD-Studio erschienen, um die Grundlagen der tibetischen Kampfkunst zu erlernen. Also in dem relativ kleinen Dojang stehen nun 30 neugierige Schüler und ihnen gegenüber steht ein groß gewachsener, jugendlich wirkender Mann im schwarzen Kung Fu Anzug. Er begrüßt die Anwesenden und bedankt sich bei Meister Trogemann, der sein Studio zur Verfügung gestellt und das Treffen überhaupt ermöglicht hat.

Über sich selbst erzählt Sifu Shohat nur das Wesentliche: Wie er dazu gekommen ist, ein Kampfkunsttraining im Alter von 10 Jahren zu beginnen, welche Kampfkunststile er trainiert hat, bis er bei seinem aktuellen Stil – White Crane bzw. Pak Hok Pai – angekommen ist. Er berichtet ruhig und sachlich, als wäre es ein kleiner Spaziergang gewesen, während es in der Tat ein ziemlich langer und wohl nicht immer leichter Weg gewesen sein muss. Alle lauschen gespannt zu und niemand hat die geringste Idee, was uns in den kommenden eineinhalb Stunden erwarten wird. Niemand kann erahnen, welche Kraft und welches Bewegungspotential sich hinter dem schwarzen Anzug verbergen. Und dann – nach einer kleinen aber intensiven Aufwärmung und einigen theoretischen Erläuterungen – dürfen wir mit den ersten Schritten und ersten Techniken beginnen. Obwohl die Gruppe aus Schwarzgurten und sehr fortgeschrittenen Farbgurten besteht, bekommen wir ein Anfängertraining, um ein Gefühl für die Stilrichtung zu bekommen. Die Stellungen stellen kein Problem dar, denn sie ähneln auffallend unseren Stellungen. Schwieriger wird es schon bei der Fußarbeit, den die angebotenen Schrittfolgen erinnern eher an Aikido als an Tang Soo Do. Auch das Koordinieren der ungewöhnlichen Schrittfolgen mit verschiedenen für Pak Hok Pai typischen Armbewegungen stellt eine interessante Herausforderung dar. Man kann sich bildhaft vorstellen, dass ein absoluter Kampfkunstneuling einige

Probleme mit den Basisbewegungen hätte, während wir uns dauernd konzentrieren müssen, dass wir nicht ungewollt unsere fest verankerten TSD-Bewegungsmuster einbauen.

Die uns zur Verfügung stehende Zeit verstreicht wie im Fluge. Sifu Shohat führt uns immer wieder neue Techniken vor und erörtert die praktische Anwendung an verschiedenen Kampfsituationen. Wir bemühen uns, das Gezeigte und Gesagte nach bestem Wissen und Gewissen umzusetzen und mit einem Partner zu üben. Nach einigen Grundübungen wird Tempo allmählich gesteigert und wir bekommen einen intensiven Eindruck von der Wirksamkeit der Techniken. Es gibt keine direkten Blöcke. Die Angriffstechniken werden aber auch nicht einfach weggesteckt, sondern vielmehr mit einer schnellen kreisförmigen Bewegung umgeleitet, bevor blitzartig die Gegentechnik ausgeführt wird. Wie ein Tanz mutet es an, wenn Sifu Shohat die schnelle Fußarbeit gepaart mit Abwehr- und Angriffstechniken vorzeigt. Hierbei gibt es keine Körperstelle des Angreifers, die nicht mit einer Hand- oder Fußtechnik blitzschnell – sozusagen im Vorbeigehen – hart getroffen werden könnte. Eigentlich sehen die Bewegungen nicht sonderlich hart aus. Als Zuschauer empfindet man sie eher als rund, sanft und dennoch ziemlich schnell. Die Schnelligkeit ist dann letzten Endes dafür verantwortlich, dass die Treffer doch als sehr hart empfunden werden. Das wissen aber nur die Getroffenen. Die Zuschauer sehen nur schnelle, elegante und sehr präzise Bewegungen.



Eine der einfacheren Übungen

Alles in allem war es eine sehr interessante Begegnung und ich denke, dass alle Teilnehmer aus unseren Reihen auf ihre Kosten gekommen sind. Wir wissen zwar, dass alle Kampfkünste genauso wie wir den menschlichen Körper und den menschlichen Geist schulen wollen, aber wenn man an sich selbst erfährt, wie die „anderen“ das machen, merkt man rasch, dass wir alle sozusagen nur mit Wasser kochen und dass die Kampfkünste trotz vieler Unterschiede auch viele Gemeinsamkeiten haben. Vielen Dank an Sifu Shohat, dass er sich die Zeit für uns genommen hatte, und an Meister Troge-
mann, der die organisatorische Seite der Begegnung übernommen hatte.

Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios

Kommende Veranstaltungen

Vom 27. bis 28.06.2015 findet der WKGC Ki Gong Lehrgang unter der Leitung von Klaus Trogemann wieder mit internationaler Beteiligung statt.

Am 11.07.2015 findet in Solln der Selbstverteidigungslehrgang unter der Leitung von Robert Ochwat und Klaus Trogemann.

Vom 18. bis 22.08.2015 finden in Nottingham die Europa-Events und –Meisterschaft 2015 unter der Leitung von Mujahid Khan und GM Robert Beaudoin statt:

- ☼ 18. bis 20.08.2015 Meister-Lehrgänge
- ☼ 21.08.2015 Dan-Lehrgang
- ☼ 22.08.2015 Europa-Meisterschaft

Alle Ausschreibungen sind auf der DTSDV-Homepage unter *Termine* zu finden.

Aus aktuellem Anlass

Am 05.07.2015 wird in Ismaning ein Sin Moo Hap Ki Do Lehrgang mit GM Ken MacKenzie (10. Dan) stattfinden. Es ist eine seltene Gelegenheit, dass der ranghöchste Schüler von GM Ji Han Jae in Deutschland unterrichtet. Alle Interessierten sollten die Lehrgangsdetails bei dem jeweiligen Studioleiter erfragen. Am 11.06.2015 ist eine Rundmail zu diesem Thema an alle DTSDV-Studios herausgegangen.

Sonstiges

Bitte beachten:

Seit einiger Zeit gibt es in der WTSDA eine interne Regelung, die das Aussetzen des Trainings behandelt. Für die DTSDV-Mitglieder gelten nun folgende Bestimmungen:

- ☼ Wenn ein Gup-Grad länger als 18 Monate nicht trainiert bzw. keine Prüfung ablegt, muss er wieder von vorne anfangen.
- ☼ Wenn ein Danträger mit dem Training aufhört und dann zurückkommt, kann er je nach Länge seiner Abwesenheit eventuell zurückgestuft werden. Die nicht entrichteten WTSDA-Mitgliedsbeiträge müssen allesamt nachgezahlt werden. Erst dann beginnt die neue Anwartschaft auf den nächsten Grad.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

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 veröffentlicht.

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

Mitglieder der DTSDV e.V.

Adressen der an die DTSDV angeschlossenen Studios, Clubs und Gruppen – siehe bitte www.dtsdv.de unter **Vereine / Links**

Aktuelle Termine

Aktuelle Termine können auf der Homepage 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.