TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS e.V.

Fitness
Konzentration
Selbstvertrauen
Kameradschaft
Respekt
Koordination
Gymnastik
Kraft
Selbstverteidigung

TRADITIONAL TAEKWON-DO
AUFTAKTVERANSTALTUNG ZUM JUBILÄUMSJAHR 2025

60 JAHRE
태권도
IN EUROPA

CIRCUS KRONE GALA
27.10.2024

WWW.TRADITIONAL-TAEKWONDO.CENTER

Grußwort

Liebe Mitglieder
im Verband „Traditional Taekwon-Do Centers e.V.“,

wir freuen uns, Euch hier unsere Broschüre zur Tätigkeit und zu den Zielen des TTC präsentieren zu dürfen. Seit der Gründung unseres Verbands im Jahr 2014 pflegen und verbreiten wir gemeinschaftlich das traditionelle Taekwon-Do. Als Großmeisterrat des TTC setzen wir uns nicht nur für den Erhalt, sondern auch für die konstante Weiterentwicklung unserer koreanischen Kampfkunst ein: Wir haben mit dem Verband die Möglichkeit, öffentlich anerkannte Lehrgänge abzuhalten, Treffen oder Weiterbildungen durchzuführen und generell den Austausch zwischen verschiedenen Taekwon-Do Schulen zu stärken. Gerade die Begegnung mit anderen Taekwon-Do Schülern und Meistern auf gemeinsamen Treffen fördert unsere Motivation und hilft uns, das traditionelle Taekwon-Do weiterzudenken – unsere Stärken liegen sowohl in der Tradition wie in der Innovation.
Auch wenn wir keinen Wettkampfsport betreiben, tauschen wir uns national wie international aus. Deswegen existiert auch ein „Demo-/National-Team“, das uns bei größeren Anlässen repräsentiert. Dass wir nicht den Weg einer modernen Wettkampfsportart gehen, hat für uns daher Vorteile: Im Gegensatz zu anderen Kampfkünsten trainieren wir dezidiert alle Altersklassen – bei uns kommen im Training Junge und Alte zusammen, was die Qualität der gemeinschaftlichen Pflege des Taekwon-Do nur steigern kann.

Für unsere Außenwirkung hat der TTC eine immens wichtige Wirkung. Was wir als Individuen oder in den einzelnen Schulen nicht leisten können, schafft der Verein als Ganzes: Unsere Idee des traditionellen Taekwon-Do in einer Welt zu verbreiten, in der es von Angeboten zu Sportarten und Kampfkünsten nur so wimmelt. Dass in diesem breiten Angebot das traditionelle Taekwon-Do einen prominenten Platz bekommt, ist uns ein wichtiges Anliegen. Falls Ihr noch nicht Mitglied bei uns seid, können wir Euch daher nur ermuntern, beizutreten und gemeinsam mit uns das traditionelle Taekwon-Do zu pflegen.

Wir freuen uns schon auf die Zusammenarbeit!

Der Großmeisterrat des TTC e.V.

Impressum

© 2023 Traditional Taekwon-Do Centers e. V. | Verband für Traditionelles Taekwon-Do

Am Sportpark 1 – 3 | 83646 Bad Tölz
Telefon: +49 – (0)8041 – 7 58 87 | Fax: +49 – (0)8041 – 7 58 87
E-Mail: mail@traditional-taekwondo.center
www. traditional-taekwondo.center

Texte: Sigrid Kraft | Layout und Satz: Tobias Fahnauer

Inhalt

Taekwon-Do 태권도 4
Korea – Han-guk 한국 5
Geschichte – Yok-Sa 역사 6
Die Kleidung – Dobok 도복 und Tti 띠 7
Taekwon-Do – Eine lebenslange Aufgabe 8
Formenlauf – Hyong 형 10
Bruchtest – Kyek-Pa 격파 13
Freikampf Tae-ryon 태련 14
Selbstverteidigung – Hosinsul 호신술 15
Gymnastik – Che-jo 체조 16
Graduierung – Kup 급 und Dan 단 17
Gürtelprüfung 18
Begriffe 20
Koreanische Zahlen 22
Dachverband Traditional Taekwon-Do Centers e. V. 23
Nationalteam 24
Rückblicke 25
Verbandsschulen 28

Taekwon-Do
태권도

Taekwon-Do ist eine koreanische Kampfkunst.

Das dreiteilige Wort setzt sich aus den Silben Tae, Kwon und Do zusammen. Sinngemäß übersetzt bedeutet Tae *Fuß*, Kwon *Faust* und Do steht für den *geistigen Weg*.

Als Ursprungsland des Taekwon-Do gilt Korea. Durch seine Entstehungsgeschichte gibt es zahlreiche Parallelen zum japanischen Karate.

Korea
Han-guk 한국

Als Gründer Koreas gilt König Tan-Gun. Der Sage nach heißt es, dass Hwa-Nung, der Sohn des Himmelsherrn, mit seinem Gefolge auf die Erde kam und dort den Menschen Gesetze und Kultur brachte. Bei einem Wettstreit zwischen einer Tigerin und einer Bärin siegte die Bärin und wurde als Belohnung dafür in eine Menschenfrau verwandelt. Hwa-Nung nahm sie zur Frau und sie wurde die Mutter ihres gemeinsamen Sohnes Tan-Gun. Tan-Gun soll im Jahr 2333 v. Chr. den Thron bestiegen haben und gilt als Gründer der Stadt Pjöngjang. Nach ihm ist die 2. Hyong benannt.

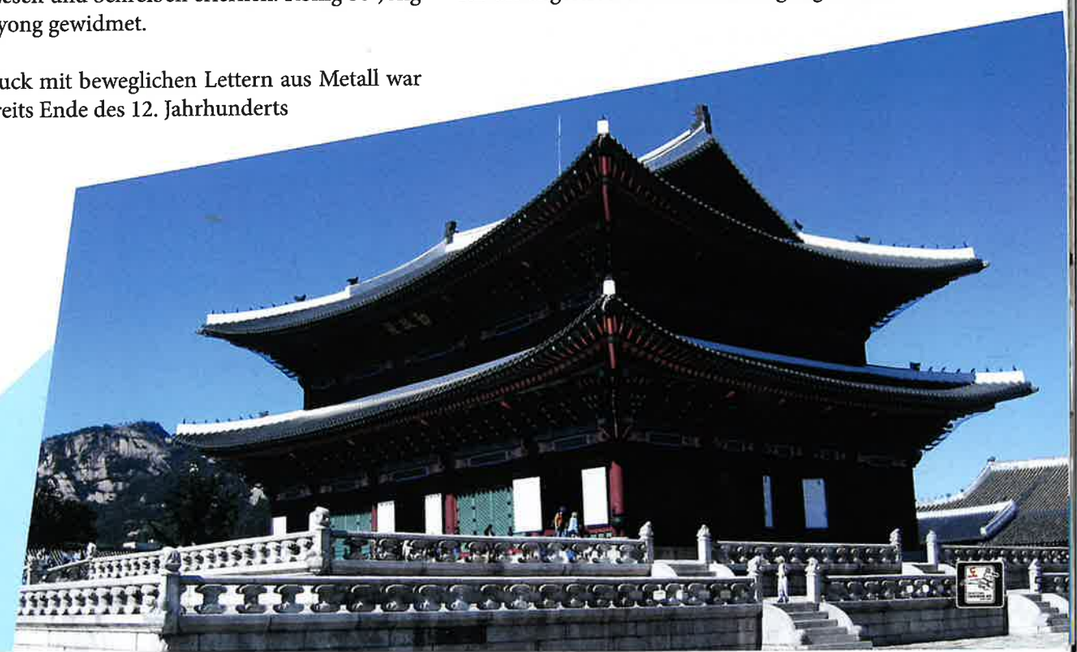
Bereits in seiner früheren Geschichte hatte Korea eine sehr hochentwickelte Kultur und kann auf mehrere außerordentliche Erfindungen zurückblicken. Dies sind zum Beispiel:

Im Jahr 1446 führte König Se-Jong 세종 anstelle der chinesischen Bilderschrift ein eigenes Alphabet aus Buchstaben ein. Dieses Alphabet (Han-Gul 한글) sollte zur koreanischen Sprache passen und leichter erlernbar sein als die ungefähr 87.000 chinesischen Schriftzeichen. Han-Gul bestand ursprünglich aus 17 Zeichen für Konsonanten und 11 für Vokale. Diese Schriftzeichen werden noch heute genutzt, wurden aber im Laufe der Jahre auf 14 für Konsonanten und 10 für Vokale reduziert. Grund für die Einführung der neuen Schriftzeichen war es, die Allgemeinbildung zu erhöhen. Auch das einfachere Volk sollte Lesen und Schreiben erlernen. König Se-Jong ist die 19. Hyong gewidmet.

Der Buchdruck mit beweglichen Lettern aus Metall war in Korea bereits Ende des 12. Jahrhunderts bekannt – also rund 200 Jahre vor Johannes Gutenbergs Erfindung in Europa.

Im späten 16. Jahrhundert erfanden die Koreaner ein gepanzertes Kriegsschiff – das sogenannte Schildkrötenschiff. Mit diesen Schiffen gelang es den Koreanern unter Admiral Chung-Mu 충무, die Japanische Flotte im Imjin-Krieg vernichtend zu schlagen. Diesem Admiral ist die 9. Hyong gewidmet.

Anmerkung zur neueren Geschichte:
In der Zeit von 1910–1945 war Korea japanisch besetzt und hatte sehr unter der Herrschaft der Japaner zu leiden. Nach dem zweiten Weltkrieg wurde Korea 1948 in eine sowjetische und eine amerikanische Besatzungszone aufgeteilt. Um die Einheit Koreas unter einer Regierung zu erzwingen, griff der Norden mit Unterstützung durch das kommunistische China am 25. Juni 1950 den Süden des Landes an. An der Seite Südkoreas kämpften die Amerikaner und wurden später auch durch UN-Truppen verstärkt.
Nach verlustreichen Kämpfen kam das Vorrücken der beiden Kriegsparteien etwa am 38. Breitengrad zu einem Stillstand. Zähe Friedensverhandlungen führten am 27. Juli 1953 zu einem Waffenstillstand. Ein Friedensvertrag existiert bis zum heutigen Tage nicht und das Land ist weiterhin in Nord- und Südkorea geteilt. Die 20. Hyong Tong-Il (Wiedervereinigung 통일) steht für die angestrebte Wiedervereinigung Koreas.



Geschichte
Yok-Sa 역사

Als „Gründer“ des Taekwon-Do gilt General Choi Hong-Hi. Während der japanischen Besetzung Koreas ging Choi als junger Mann nach Japan und erlernte dort zunächst Shotokan Karate. Als die Besetzung Koreas durch die Japaner beendet war, kehrte er nach Korea zurück und stieg dort schnell in der Hierarchie des neugegründeten koreanischen Militärs auf. Den Soldaten seiner Kompanie lehrte er seine Kunst der Selbstverteidigung. Dabei war er bestrebt, die Bewegungsmuster vom ursprünglichen Karate loszulösen und eine koreanische Variante zu erschaffen.

Um die verschiedenen koreanischen Kampfkunstschulen (9 Kwans) zu vereinen, schlug Choi Hong-Hi „Tae-kwon-Do“ als gemeinsamen Namen der koreanischen Kampfkünste vor. Dieser Name wurde am 11.04.1955 offiziell anerkannt.

Im Kukkiwon in Seoul erinnert daran ein Schriftzug:

국기태권도
Kuk-ki Tae-kwon-do = Taekwon-do ist Staatssache

Seither wurde die koreanische Kunst der Selbstverteidigung unter dem Namen Taekwon-Do 태권도 in der ganzen Welt verbreitet.

Am 22. März 1966 erfolgte durch General Choi Hong Hi die Gründung des Weltverbandes ITF International Taekwon-Do Federation. Als der General aus politischen Gründen 1972 nach Kanada ins Exil ging, war er auch weiterhin Präsident der ITF, woraufhin in Südkorea am 28. Mai 1973 die WTF World Taekwondo Federation gegründet wurde.
Seit 2017 kürzt sich der Verband nur noch mit WT ab.
Nach dieser ersten großen Spaltung im Taekwon-Do veränderte General Choi Hong Hi das Bewegungsbild der ursprünglichen Hyongs durch einfügen einer Sinuswelle. Die Hyongs wurden später auch in Tul umbenannt.
General Choi Hong Hi leitete die **ITF** bis zu seinem Tode im Jahr 2002.

Die **WT** entwickelte sich in eine überwiegend wettkampforientierte Richtung, bei der in Schutzkleidung im Semikontakt gekämpft wird. Der Übungsschwerpunkt verschob sich daraufhin stark zugunsten des Sparrings. Das Formenlaufen sowie der Bruchtest rückten in den Hintergrund. Die WT entwickelte mit der Poomse ihre eigenen Formen und verzichtete 1999 endgültig darauf die ursprünglichen Hyongs zu lehren. Seit 2000 ist die WT offiziell bei den Olympischen Spielen vertreten.

Großmeister Kwon, Jae-Hwa, ein direkter Schüler von General Choi Hong Hi, ist maßgeblich an der Verbreitung des Taekwon-Do in Deutschland beteiligt.
Als die erste große Spaltung des Taekwondo-Verbandes in WT (World Taekwondo Federation) und ITF (International Taekwondo Federation) erfolgte, distanzierte sich Großmeister Kwon, Jae-Hwa von der „neuen“ wettkampforientierten Richtung und gründete in den 80er Jahren seinen eigenen Verband, wodurch eine Vielzahl von Taekwon-Do Schulen der ursprünglichen traditionellen Richtung weiterhin treu blieben.

Schulen des **Traditionellen Taekwon-Dos** sind in Übungsart und Inhalt noch an die Zeit vor der Trennung von WT und ITF angelehnt. Sie lehren die ursprünglichen 20 Hyongs und verzichten auch weiterhin im freien Kampf auf Kontakt. Bruchtest, Formenlauf und Partnerübungen sind Bestandteil der Gürtelprüfungen.

Die ursprüngliche Form der waffenlosen Selbstverteidigung beschränkte sich zunächst auf wenige Techniken (Handkante, Fauststoß, Seitkick, Frontkick). Der Fokus lag zunächst auf der reinen Selbstverteidigung und die Techniken waren einfach und wirkungsvoll. Doch bald schon kamen viele technische Neuerungen bis hin zu akrobatischen Elementen hinzu. Der Anspruch an das heutige Training fügte nun Aspekte wie ästhetische Bewegungen, geistig anspruchsvolles Training und allgemeine Fitness im Hinblick auf die Gesundheit hinzu.

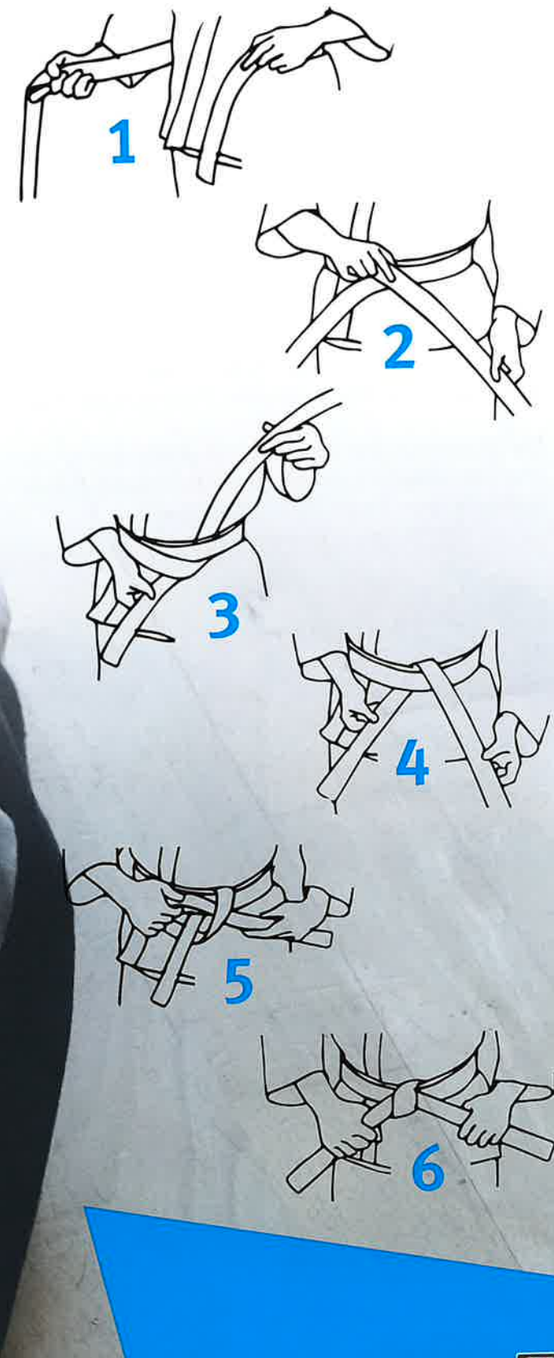
Die Kleidung
Dobok 도복 und Tti 띠

Im Traditionellen Taekwon-Do wird ein weißer Anzug im traditionellen Schnitt, der Dobok 도복, getragen.
Die linke Seite wird über die rechte geschlagen.

Verbands- oder Schulabzeichen (Logos) werden auf der linken Brustseite angebracht.

Die Landesfahne wird auf dem linken Ärmel aufgenäht.

Der Gürtel, Tti 띠, wird doppelt um die Hüfte gelegt und mit einem Knoten fixiert. Wie der Knoten zu binden ist, sehen Sie in der Grafik auf der rechten Seite.



Taekwon-Do – Eine lebenslange Aufgabe

Gerade in unserer Zeit, in der für viele Menschen die Bewegung im alltäglichen Leben in den Hintergrund gerückt ist, sucht man nach einer Sportart, mit der man sich verwirklichen kann.

Der besondere Reiz des Taekwon-Do liegt hierbei in seiner Vielseitigkeit.

Mit dem Training kann bereits im Kindesalter begonnen werden, aber auch in späteren Lebensjahren. Heutzutage ist es keine Seltenheit mehr, wenn Personen mit einem Alter von über 50 Jahren mit dem Training beginnen.

Die Motivation der verschiedenen Zielgruppen sind sehr unterschiedlich und doch kann jeder eine Erfüllung in diesem Sport finden.

Kinder

Kinder wollen und sollen sich bewegen. Im Training passiert dies zielgerichtet und ganz nebenbei lernen Kinder sich in eine Gruppe einzufügen, Selbstdisziplin, Respekt gegenüber anderen und weitere moralische Werte.

Es gilt: Nicht alleine und egoistisch, sondern in der Gemeinschaft soziales Verhalten aktiv leben.

Vielen Kindern ist dies gar nicht bewusst. Sie wollen Spaß haben, für ihre Leistung gelobt werden. Aber auch fundierte Kritik gehört dazu, und jeder soll lernen, dass der Weg zum Erfolg nur durch persönlichen Einsatz und ernsthafte Übung gelingen kann.

Anfänger und Fortgeschrittene

Durch den Verzicht auf Kontakt ist es möglich, dass Anfänger und Fortgeschrittene zusammen trainieren können und doch jeder an seine persönliche Grenze gehen kann.

Der Fortgeschrittene hilft dem Anfänger zu lernen, aber auch anders herum lernt der Fortgeschrittene vom Anfänger. Er lernt zu lehren und bekommt dadurch ein tieferes Verständnis für die Techniken. Außerdem muss er Geduld beweisen und respektvoll mit dem ihm anvertrauten Schüler umgehen. Kurzum: Er übernimmt Verantwortung.

Taekwon-Do kann als Ausgleichssport, aber auch im höchsten Leistungslevel betrieben werden. Darüber entscheiden vor allem die Trainingsintensität und der eigene Wille. Talent soll hier erst an zweiter Stelle genannt werden, weil es aufgrund der technischen Vielfalt im Taekwon-Do das Talent nicht gibt. Jede Person hat Stärken und Schwächen und es ist schlichtweg unmöglich alles zu beherrschen. Doch ein sehr hohes Level zu erreichen, ist immer möglich. Ein zusätzlicher Anreiz für begeisterte junge Sportler ist es, in das Demo-Team des TTC aufgenommen zu werden.

Situation ab 30

Die meisten Menschen sind inzwischen im Beruf und dem Familienleben angekommen. Die Kinder sind nun schon etwas älter und man kann sich wieder mehr eigene Freiheiten gestatten. Man hat die ersten großen Hürden des Lebens somit schon gemeistert, doch jetzt tun sich neue Probleme auf: Die Gesundheit.

Die Kondition ist mangelhaft. Im Kreuz sticht es aus heiterem Himmel und andere kleine Zipperlein tauchen auf. Dies führt unweigerlich zu der vernünftigen Einsicht:

„Ich muss etwas tun."

Auch sucht man nach einem Weg, um abschalten zu können und gerade durch das intensive Training wird der Kopf wieder wunderbar frei.

Viele kommen zum Taekwon-Do und schätzen neben dem Gesundheitsaspekt sehr bald auch die gemeinsamen Erlebnisse. Im Taekwon-Do trainiert man nicht anonym, sondern wird Teil einer großen Familie.

Formenlauf HYONG 형

Hyong bedeutet übersetzt Form und besteht aus festgelegten Bewegungsabläufen, bei denen Abwehr- und Angriffstechniken gleichermaßen geübt werden. Keine einzige Hyong beginnt mit einer Angriffstechnik, denn die Kampfkunst Taekwon-Do soll nur zur Verteidigung verwendet werden und versteht sich nicht als aggressive Angriffsmöglichkeit.

Oftmals wird die Hyong auch als Kampf gegen fiktive Angreifer beschrieben, doch das wird der Komplexität dieser Übungsformen nicht gerecht.
Durch ihre Schrittmuster, die für Gelehrter, König, Himmel und Erde und weitere Symbole stehen, haben sie allesamt einen Bezug zur koreanischen Geschichte.
Auch lassen sich die Bewegungsabläufe als Kampf gegen fiktive Gegner nicht immer sinnvoll erklären. So fällt alsbald auf, dass fast alle Techniken nach vorne gelaufen werden und ein Ausweichen offensichtlich nicht vorgesehen ist. Darum sollte man Hyongs vielmehr als die Vermittlung von Lehrinhalten verstehen, denn geübt werden die Einzeltechniken in den meisten Fällen konsequent beidseitig.
Außerdem findet man bestimmte Themen, die sich wie ein roter Faden durch die ganze Form ziehen. Zum Beispiel die Hüftbewegung in der 10. Hyong (Gwang-Gye).
Auch dienen die Formen der Überlieferung der vielfältigen Techniken. Denn das Übungselement des Formenlaufs stammt aus einer Zeit, in der Videomitschnitte, wie sie heute zum Alltag gehören, noch nicht möglich waren.
Jede Form beginnt und endet am selben Punkt. Manche Schrittabfolge ist sicherlich diesem Umstand geschuldet. Auch die vorherrschende Bewegungsrichtung dient wohl eher dem Fluss der Bewegungen, denn einer realen Kampfsituation. Die Hyongs lehren ein umfangreiches Technikrepertoire, aus dem man schöpfen kann.
Das Üben der Formen und das damit verbundene Erlernen einer Vielzahl von Bewegungen in einer festgelegten Abfolge, wird als Schulung der Konzentration verstanden.

Namen und Bedeutung der Hyongs

1. Form CHON-JI 천지

Chon-Ji bedeutet Himmel und Erde. Diese Symbolik steht in Asien für den Beginn der Menschheit, und somit im Übertragenen auch für den Anfang des Weges.

2. Form TAN-GUN 단군

Sie wurde nach König Tan-Gun benannt. Er gilt der Sage nach als Gründer Koreas.

3. Form TO-SAN 도산

To-San steht für den Patrioten Ahn Chang-Ho (1876–1938), der sein ganzes Leben der Bildungsförderung in Korea und der Unabhängigkeitsbewegung gewidmet hat.

4. Form WON-HYO 원효

Der Mönch Won-Hyo führte zur Zeit der Silla-Dynastie 686 n. Chr. den Buddhismus in Korea ein.

5. Form YUL-KOK 율곡

Yul-Kok steht für den großen Gelehrten und Philosophen Li-le (1536–1584 n. Chr.), der auch „Konfuzius von Korea“ genannt wird.

6. Form CHUNG-GUN 중근

Die Form Chung-Gun ist nach dem Patrioten An Chung-Gun benannt, der den ersten japanischen Generalgouverneur von Korea Hiro-Bumi Ito ermordete.

7. Form TOI-GYE 퇴계

T'oi-Gye Hyong war das Pseudonym des berühmten koreanischen Gelehrten Li-Hwang aus dem 16. Jahrhundert, der unter dem Namen T'oi-Gye als Schriftsteller arbeitete.

8. Form HWA-RANG 화랑

Hwa-Rang war eine koreanische Jugendorganisation, die um 1350 entstand. Bei den Bemühungen, die drei Königreiche Koreas zu vereinen, war diese Jugendbewegung eine führende Kraft.

9. Form CHUNG-MU 충무

Benannt nach einem koreanischen Admiral, dessen richtiger Name Yi Sun-Sin war. Er war der Erfinder des ersten gepanzerten Kriegsschiffes.

10. Form KWANG-GAE 광개

Der 17. König der Koguryo Dynastie, König Gwang-Gae T'o-Wang, eroberte alle vorher verlorengegangenen Gebiete Koreas einschließlich der Mandschurei zurück.

11. Form PO-EUN 포은

Der Koreaner Chong Mong-Chu war ein treuer Untertan und ein berühmter Dichter, dessen Gedichte in Korea sehr bekannt sind. Er wurde Po-Eun genannt und lebte 1400 n. Chr.

12. Form KYE-BAEK 계백

General Kye-Baek lebte ca. 660 n. Chr. in der Paek-Chae-Dynastie.

13. Form YU-SHIN 유신

Während der Silla Dynastie 668 n. Chr. vereinigte General Kim-Yu-Sin das dreigeteilte Korea.

14. Form CHUNG-YANG 충양

Der berühmte koreanische General Kim-Dok-Ryong wurde Chung-Yang genannt und errang im Imjin-Krieg auf dem Mudung Berg vor ca. 400 Jahren einen großen Sieg.

15. Form UL-JI 을지

General Ul-Ji Mun Duk lebte im 7. Jahrhundert. Es gelang ihm, Korea gegen eine chinesische Invasionsarmee, die nahezu eine Millionen Soldaten umfasste, zu verteidigen.

16. Form SAM-IL 삼일

Am 01.03.1919 fand ein Volksaufstand gegen die japanische Besatzung statt. An diesem Datum feiert Korea seither seinen Unabhängigkeitstag.

17. Form KO-DANG 고당

Ko-Dang ist das Pseudonym des koreanischen Patrioten und Freiheitskämpfers Cho-Man-Sik. Er widmete sein Leben der Unabhängigkeit und der Erziehung des koreanischen Volkes.

18. Form CH'OI-YONG 최영

Benannt nach einem koreanischen Kanzler und General aus dem 14. Jahrhundert. Ch'oi-Yong war wegen seiner Loyalität, Bescheidenheit und seinem Patriotismus hoch angesehen.

19. Form SE-JONG 세종

Die Hyong ist nach dem bedeutenden koreanischen König Se-Jong (1443 n. Chr.) benannt. Er war Erfinder des koreanischen Alphabets (Han-gul) und ein bekannter Meteorologe.

20. Form TONG-IL 통일

Diese Hyong bedeutet „Einheit“ und steht für die Entschlossenheit Koreas, die Wiedervereinigung des Landes auf friedlichem Wege zu erreichen.

Übersicht Hyongs

10. Kup
1. Form CHON-JI 천지
19 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

10. Kup
2. Form TAN-GUN 단군
21 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

9. Kup
3. Form TO-SAN 도산
24 Bewegungen, Anziehen: Rechts-Links

8. Kup
4. Form WON-HYO 원효
28 Bewegungen, Anziehen: Rechts

7. Kup
5. Form YUL-KOK 율곡
38 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

6. Kup
6. Form CHUNG-GUN 중근
32 Bewegungen, Anziehen: Links

5. Kup
7. Form TOI-GYE 퇴계
37 Bewegungen, Anziehen: Rechts

4. Kup
8. Form HWA-RANG 화랑
29 Bewegungen, Anziehen: Rechts

3. Kup
9. Form CHUNG-MU 충무
30 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

2. Kup
10. Form KWANG-GAE 광개
39 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

1. Kup
11. Form PO-EUN 포은
36 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

1. Kup
12. Form KYE-BAEG 계백
44 Bewegungen, Anziehen: Rechts-Links

1. Dan
13. Form YU-SHIN 유신
68 Bewegungen, Anziehen: Rechts-Links

1. Dan
14. Form CHUNG-YANG 충양
52 Bewegungen, Anziehen: Links

2. Dan
15. Form UL-JI 을지
42 Bewegungen, Anziehen: Links-Links

2. Dan
16. Form SAM-IL 삼일
33 Bewegungen, Anziehen: Links

3. Dan
17. Form KO-DANG 고당
39 Bewegungen, Anziehen: Links

3. Dan
18. Form CH'OI-YONG 최영
45 Bewegungen, Anziehen: Links

4. Dan
19. Form SE-JONG 세종
24 Bewegungen, Anziehen: Links

5. Dan
20. Form TONG-IL 통일
56 Bewegungen, Anziehen: Rechts-Links

Bruchtest Kyek-Pa 격파

Unter einem Bruchtest versteht man das Zerschlagen von verschiedensten Materialien mit bloßen Händen und Füßen.
Als gängigstes Bruchtestmaterial dienen Bretter aus Fichtenholz in unterschiedlicher Stärke (für Damen, Herren und Kinder). Aber auch Ziegelsteine, Ytong, Kieselsteine und andere Materialien kommen hierbei zum Einsatz.
Rein physikalisch betrachtet, gelingt der Bruchtest, weil man mit großer Geschwindigkeit auf einen möglichst kleinen Punkt in gerader Linie (90°-Winkel) zum Bruchtestmaterial auftrifft.
Damit die Kraft jedoch ungehindert übertragen werden kann, muss man schon vor dem Bruchtest von dessen Gelingen überzeugt sein. Zweifelt man an seinen Fähigkeiten, so fehlt es meist an der nötigen Geschwindigkeit und der Versuch misslingt.

Im normalen Unterricht wird der Bruchtest sehr selten gezeigt. Zunächst wird die reine Technik geübt, bis diese so austrainiert ist, dass der Bruchtest gelingen kann.
Bei der Gürtelprüfung oder auf Vorführungen demonstriert man das Beherrschen bestimmter Techniken durch den Bruchtest.
Nahezu jede Schlagtechnik des Taekwon-Do kann als Bruchtest gezeigt werden. Dabei treten unterschiedliche Aspekte in den Vordergrund. So gelten Ellbogenstöße oder Seitwärtsfußtritte (Yop-Chagi) als Techniken mit hoher Schlagkraft.
Freigehaltene oder geworfene Bretter benötigen eine hohe Geschwindigkeit, wohingegen bei Keilbruchtests die Zielgenauigkeit gefragt ist.
Sprungtechniken und Drehungen 180°, 360°, 540°, 720° erfordern ein hohes Maß an Koordination.
Getroffen werden kann mit vielen Körperstellen. Ferse, Fußballen, Handkante innen und außen, Faust, Faustrücken. Darüber hinaus gibt es Spezialbruchtests wie lange Faust, Fingerspitze, Daumengelenk und Ähnliches.
Erschweren kann man jeden Bruchtest durch das Verbinden der Augen.
Auch ein Bruchtest aus einer Kombination heraus, oder mehrere Bretter in einer schnellen Abfolge erhöhen den Schwierigkeitsgrad.
Weil man keine Zweifel am Gelingen der Aufgabe haben darf, gilt der Bruchtest auch als Gradmesser der Willensstärke.

Freikampf
Tae-ryon 태련

Der freie Kampf wird im traditionellen Taekwon-Do ohne Kontakt ausgetragen. Die Techniken werden kurz vor dem Ziel abgestoppt oder knapp daran vorbeigeführt. Die Kampfregeln erlauben Fußtechniken zum Kopf und Fauststöße zur Körpermitte. Die Körperrückseite darf nicht angegriffen werden.
Dieses Abstoppen erfordert eine große Körperkontrolle, weswegen der Kampf erst ab dem grünen Gürtel ins Übungsprogramm aufgenommen wird.
Weil kein Kontakt erlaubt ist, wird auf das Tragen von Schutzwesten verzichtet.
Punkte werden gezählt, wenn die Technik an der Abwehr des Gegners vorbeikommt und kurz vor dem Ziel abgestoppt wird.

Der freie Kampf ist neben Gymnastik, Formenlaufen, Bruchtest und Partnerübungen ein weiteres Übungselement des Taekwon-Do. Durch ihn wird das Distanzgefühl und die Reaktion geschult. Auch erforderte er eine freie, der Situation angepasste Technikauswahl.
Somit steht der Tae-ryon im Taekwon-Do für die Kreativität

Der Freikampf ist nicht mit der reinen Selbstverteidigung – dem Hosinsul – zu verwechseln.
Für die Selbstverteidigung werden etliche Techniken geübt, die für die Anwendung im Freikampf viel zu gefährlich wären. Die Selbstverteidigung dient dem Überleben im Ernstfall und unterliegt in solch einer bedrohlichen Situation keinen technischen Regeln.
Einen ernsten Kampf kann man niemals realistisch üben, ohne beim Partner schwere Verletzungen zu riskieren.

Selbstverteidigung
Hosinsul 호신술

Durch das Üben von Abwehr- und Angriffstechniken erlernt der Schüler mit der Zeit eine effektive Selbstverteidigung gegen einen Gegner.
Hebel- und Befreiungstechniken werden ebenfalls gelehrt, wohingegen Fallschule und Bodenkampf üblicherweise kein Bestandteil des traditionellen Taekwon-Do sind.
Der Taekwon-Do Kämpfer hat seine größte Stärke in den Beintechniken, da besonders die Kicks sehr intensiv trainiert werden.
Das macht ihn vor allem zu einem Distanzkämpfer, der darauf bedacht ist, seinen Gegner nicht allzu nahe an sich herankommen zu lassen.
Gut ausgeführte Tritte und Schläge haben eine große Durchschlagskraft und, anders als im Freikampf (siehe links), werden diese im Ernstfall nicht abgestoppt.
Darüber hinaus werden auch sehr gefährliche Techniken wie Angriffe auf den Kehlkopf, die Augen usw. geübt. Dies kann gerade für schwächere Personen im Verteidigungsfall den entscheidenden Vorteil bringen.

Abschließend lässt sich sagen:
Wer Taekwon-Do ernsthaft betreibt, erlernt eine effektive Selbstverteidigung.

Gymnastik
Che-jo 체조

Ein wichtiger Bestandteil des täglichen Trainings ist die umfassende Gymnastik. Durch sie wird die Kräftigung des Körpers ebenso wie die Beweglichkeit gefördert.
Meist beginnt die Stunde mit einer allgemeinen Erwärmung, um sich auf die hohen und schnellen Kicktechniken vorzubereiten. Doch auch zwischen den einzelnen Übungsteilen werden immer wieder Gymnastikeinheiten eingefügt.
Durch dieses ausgewogene Trainingsmuster erreicht der Übende sowohl eine technische Verbesserung, als auch eine zunehmende körperliche Fitness. Und letztendlich wird auch die Wahrnehmung des eigenen Körpers deutlich verbessert.

Graduierung
Kup 급 und Dan 단

Die Farbreihenfolge der einzelnen Grade im Taekwon-Do ist:

Weiß – Gelb – Grün – Blau – Rot – Schwarz.

Bis einschließlich Rotgurt spricht man von Schülergraden (Kup). Pro Gürtelfarbe gibt es zwei Grade, die von 10 abwärts gezählt werden: (10. und 9. Kup = weiß; 8. und 7. Kup = Gelb; 6. und 5. Kup = Grün …)
Bei den Schülergraden steht die Schulung des Körpers im Vordergrund, wobei die Farben den Entwicklungsstand des Schülers symbolisieren:

Weiß – Der Anfänger, der, gleich einem unbeschriebenen Blatt, noch keine Kenntnisse besitzt.

Gelb – symbolisiert die Erde, in die die Saat eingebracht wird.

Grün – steht für die keimende Saat und erste Früchte der Arbeit zeigen sich.

Blau – steht für den Himmel. Der Schüler ist nun zu Höherem befähigt.

Rot – bedeutet Achtung! Ein neuer Meister ist im Entstehen.

Der schwarze Gürtel ist den Meistern der Kampfkunst vorbehalten. Nun werden die Grade aufwärts gezählt. Dabei wird der 1. Dan, 2. Dan, 3. Dan und 4. Dan nun mit dem Titel Kyosa-Nim angesprochen. Dies bedeutet in der deutschen Übersetzung soviel wie Lehrer, Meister.

Ab dem 5. Dan aufwärts ist man berechtigt den Titel Sabum-Nim (Großmeister) zu führen.

Einen Meistergrad innezuhaben, steht nicht nur für das technische Können, sondern auch für moralische Werte und die Bereitschaft, bei der Verbreitung dieser Kampfkunst mitzuhelfen und auch für die Werte des Taekwon-Do einzustehen.
Der Meister motiviert die Schüler durch das eigene Vorbild und geht unermüdlich den Weg des Taekwon-Do weiter. Ziel ist es, sich selbst zu verbessern und anderen beim Erlernen zu helfen.
Ob ein Schüler vom Anfänger zum Meister wird, darüber entscheiden Fleiß, Durchhaltevermögen, Selbstdisziplin und Respekt.

Der Dangrad ist eine Verantwortung gegenüber dem Taekwon-Do und auch gegenüber sich selbst.

Gürtelprüfung

Zum Erreichen eines höheren Grads werden Gürtelprüfungen abgelegt.

Es obliegt der Entscheidung des Meisters, wann der Schüler für die Teilnahme an der Gürtelprüfung bereit ist. Der Schüler sollte sich hierbei auf das Urteil des erfahrenen Meisters verlassen.

Der Dachverband TTC e. V. hat in seiner Prüfungsordnung die Mindestanforderungen für Gürtelprüfungen in den Verbandsschulen festgelegt. Dies dient dazu, ein gleichbleibend hohes Niveau unter den Verbandsschulen zu gewährleisten. Dem einzelnen Prüfer steht es frei, die Prüfungsanforderungen nach eigenem Gutdünken zu erweitern.

Bevor ein Schüler eine Prüfung zum 1. Dan oder höher ablegen kann, hat er sich einer Sichtung durch zwei unabhängige Großmeister zu stellen, die seine technische Leistung im Voraus beurteilen.

Das Mindestalter für die Danprüfung ist auf 16 Jahre festgesetzt. In den Verbandsschulen des Traditional Taekwon-Do Centers e. V. gibt es keinen Kinder-Dan.

Mindestanforderungen des TTC

10. Kup (Optional)
1. Hyong, BT Yop Chagi

9. Kup
2. Hyong, BT Yop-Chagi

8. Kup
3. Hyong, BT Pandae Tollyo 180°

7. Kup
4. Hyong, BT Pandae Tollyo 180° Sprung

6. Kup
5. Hyong, BT Ap Chagi Sprung

5. Kup
6. Hyong, BT Yop Chagi halten mit Pandae Tollyo im Sprung, 3x Ilbo Taeryon

4. Kup
7. Hyong, BT Pandae Tollyo Sprung 360°, 5 x Ilbo Taeryon

3. Kup
8. Hyong, BT 360° Tora Pandae Tollyo Sprung,
5 x Ilbo Taeryon

2. Kup
9. Hyong, BT Pandae Tollyo (360° Sprung Ferse – BT1) ohne Absetzen des Kickbeines Umspringen Tollyo – BT2, Kampf mit Bruchtest 1 Brett Fußtechnik

1. Kup
10. Hyong, BT 360° Sprung Tollyo Chagi hinten herum – BT1, Kickbein ohne Absetzen Umspringen hinten herum Pandae Tollyo – BT2, Kampf mit Bruchtest 1 Brett

1. Dan
11.+12. Hyong, BT Pandae Tollyo, Ap- und Yop Chagi Sprung je 2 Bretter, 5 x Hosinsul freie Wahl (Vorführung), Ilbo Taeryon, Kampf und Kampf mit BT je 1 x Hand und 1 x Fuß

2. Dan
13.+14. Hyong, 1x BT aus selbst kreierter Kombination 3 Techniken, Freikampf 2 Personen mit Hand und Fußbruchtest, 1x BT freie Wahl 2 Bretter

3. Dan
15.+16. Hyong, 1x BT aus Kombination 3 Techniken, Freikampf 3 Personen mit Bruchtest Hand und Fuß, 2 x verschiedene BT freie Wahl je 2 Bretter

4. Dan
17.+18. Hyong, Freikampf 3 Leute mit Bruchtest Hand und Fuß, 3 x versch. BT freie Wahl je 2 Bretter, BT 17. Hyong mit verbundenen Augen

5. Dan
19. Hyong, Freie BT-Wahl, eigene Vorführung und Vorführung von selbst ausgebildeten Schwarzgurten

6. Dan
20. Hyong, Freie BT-Wahl, eigene Vorführung und Vorführung von selbst ausgebildeten Schwarzgurten

7. Dan
Freie Hyong und Vorführung nach eigenem Ermessen

8. und 9. Dan
Graduierungen zum 8. Und zum 9. Dan werden verliehen.
Voraussetzungen:
- Mindestens 8 Jahre aktive Zugehörigkeit zum Großmeisterrat
- Mindestens 3 Legislaturperioden aktive Verbandsarbeit (Ausübung eines Amtes im TTC e.V. z.B. Präsident, Vorstand, Innerer Rat…)

Richtlinien:

Alle in der Prüfungsordnung vorgegebenen Inhalte müssen erfüllt werden, zusätzliche Anforderungen liegen im Ermessen des anwesenden Prüfers bzw. Schulleiters.
Das Mindestalter zur Erreichung des Meistergrades (1. Dan) beträgt 16 Jahre.
Zur Prüfungszulassung für Prüflinge zum 1. Dan und höher, ist die Teilnahme an einer Sichtung, bei der die technische Eignung zur Prüfung festgestellt wird, erforderlich.

Sichtung:

- Die Meldung zur Sichtung zum 1. Dan kann frühestens nach einer Frist von drei Monaten nach der letzten Prüfung erfolgen. Ab dem 2. Dan gilt eine Frist von mindestens 1½ Jahren nach der letzten Prüfung.
- Die Sichtung wird von zwei externen Großmeistern durchgeführt.
- Nur die einstimmige Entscheidung der Großmeister in Verbindung mit der Zustimmung des Schulleiters führt zur Prüfungszulassung.
- Diese Sichtung kann im Rahmen jeder Taekwon-Do-Veranstaltung stattfinden.
- Die Prüfungen zum 1. bis 3. Dan können vom eigenen Schulleiter bzw. einem Prüfungsberechtigten durchgeführt werden.
- Ab dem 4. Dan werden die Prüfungen im Zuge einer Verbandsveranstaltung von einem Großmeistergremium (mindestens zwei Großmeister) abgenommen.
- Mindestens ein Prüfer muss einer der sichtenden Großmeister gewesen sein.

Nachprüfungsmöglichkeiten:

- Bei jeder Verbandsveranstaltung möglich
- Fehlen kleine Teile der Prüfung, z. B. ein Bruchtest, wird der Rest der Prüfung als „Erster Teil“ anerkannt und der fehlende Teil kann vom Schulleiter mit Erlaubnis des Prüfers unabhängig von der Prüferlizenz abgenommen werden.

Allgemeine Regelungen:

Für die Prüfung ab dem 3. Dangrad ist die Mitgliedschaft im TTC e. V. Voraussetzung.
Prinzipiell gilt, dass Mitglieder des TTC e. V. keine Prüfungen außerhalb der Verbandsschulen ablegen. Dies gilt ohne Ausnahmen für Schulleiter-Mitglieder.
Bei Schülern können auf Grund von beispielsweise längeren Auslandsaufenthalten Ausnahmen von dieser Regelung gemacht werden.
Prüfungen im Namen des Verbandes dürfen nur von TTC e. V. zertifizierten Prüfern vorgenommen werden.

Verbandsprüfer dürfen folgende Prüfungen vornehmen:
Inhaber des 3. Dans prüfen bis einschließlich 5. Kup
Inhaber des 4. Dans prüfen bis einschließlich 1. Kup
Inhaber des 5. Dans prüfen bis einschließlich 4. Dan

Prüfungen zum 5. Dan oder höher:
Sie sind von mindestens 2 Mitgliedern des Großmeisterrates vorzunehmen.
Prüfungsvoraussetzung ist die Leitung einer eigenen, selbständigen TKD-Schule.
Die Mitgliedschaft im TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS e. V. ist obligatorisch.

Anerkennung von Graduierungen aus anderen Verbänden:
Bis 1. Kup kann der Schulleiter selbst entscheiden, welchen Grad er zuerkennt.
Vom 1. Dan bis zum 3. Dan kann ein Großmeisterratsmitglied darüber entscheiden. Es besteht immer die Möglichkeit, die betreffenden Schüler bei einem Sichtungslehrgang vorzustellen.
Die Anerkennung des 4. Dan und höher erfolgt nach vorheriger Absprache durch den Großmeisterrat. E-Mail genügt der Form.
Diese Prüfungsordnung ist seit 06.05.2023 in Kraft.
Sie ersetzt alle vorherigen Fassungen.

Begriffe

Die nachfolgende Schreibweise ist nicht an die derzeit gängige Übersetzungsmethode angelehnt. Im Koreanischen gibt es mehr Vokale als im Deutschen, dafür weniger und andere Konsonanten. So existieren zum Beispiel ein kurzes und ein langes „O“ und „U“, sowie verschieden harte „P“ und „T“-Laute. Dies wird hier zugunsten der guten Lesbarkeit vernachlässigt und die Begriffe sind so geschrieben, dass wir Deutsche sie gut aussprechen können.

Bewegungsrichtungen

an-uro = von innen nach außen
pak-kuro = von außen nach innen
naero = nach unten
chu-kyo = nach oben
yop-uro = seitwärts, zur Seite
tollyo = drehen, wenden
twijibo = umgedreht
pit-uro = verdreht, gedreht

Richtungen in Bezug auf den Körper

ap = vorne, frontal 앞
yop = seitlich
pandae = seitenverkehrt
paro = seitengleich바로
pakkat = Außenseite
an = Innenseite
wi = oben, hoch 위
naranhi = nebeneinander 나란히

Techniken

chagi = Kick 차기
chirugi = Stoß
tulki = Stich
ttaerigi = Schlag
olligi = Beinschwung
sogi = Fußstellung
tymyo chagi = Sprungkick
taepiho = Schutz

Höhenstufen

ha-dan = untere Höhenstufe 하단 (GT niedriger)
chung-dan = mittlere Höhenstufe
sang-dan = obere Höhenstufe 상단(GT Top)
dan = Grad, Stufe 단

Fußstellung

sogi = Fußstellung
moa Sogi = geschlossene Fußstellung
chongul Sogi = Schrittstellung
nachuo Sogi = Niedrige Schrittstellung (langes Chongul)
hugul Sogi = L-Stellung (70%–30%)
kojong Sogi = L-Stellung (50%–50%)
naranhi Sogi = Parallelstellung (Schulterbreit) 나란히
kima Sogi = Reiterstellung
kyocha Sogi = Überkreuz Stellung
twit Pal Sogi = Fußballenstellung (hinteres Bein trägt fast das ganze Gewicht)
kuburyo Sogi = (Einbeinige) Beugestellung
sasun Sogi = Diagonalstellung

Körperteile

jumok = Faust 주먹
kwon = Faust
dung chumok = Faustrücken
yukwon = Hammerfaust
kwan-su = Fingerspitze
sudo = Handkante Außenseite
yok-sudo = Handkante Daumenseite
pal-mok = Unterarm
pal = Arm 팔
pal-kup (Pal kum chi) = Ellbogen 팔꿈치
bal = Fuß 발
twikkumchi = Ferse
apkumchi = Fußballen
murup = Knie 무릎
mok = Hals 목
mori = Kopf 머리
hori = Hüfte 허리
mom = Körper 몸
son = Hand 손
su = Hand
sonkkarak =Finger 손가락
sonppadak = Handfläche

Höflichkeit (ye-ui)

Kukke taehayo kyong-nye = Der Landesfahne Respekt erweisen (Kommando) 국가
Tae-guk-ki kyong-nye = Zur Fahne verbeugen!
Cha-ryut kyosa-nim kyong-nye = Achtung, zum Meister verbeugen! (Kommando)
annyong haseyo = Guten Tag 안녕하세요
annyongi kaseyo = Auf Wiedersehen (zu dem der geht)
annyongi kyeseyo = Auf Wiedersehen (zu dem der bleibt)
kyong-nye = verbeugen
kamsa hamnida = danke (Dank geben) 감사합니다
kamsa = Dank 감사
Sabum-nim = Großmeister 사범(님)
Kyosa-nim = Meister 교사(님)

Kommandos im Kampf (Tae-Ryon)

song-ni = Sieger
hong song = Sieger rot
baek song = Sieger weiß
shigan = Zeit (zu Ende) 시간
shi-jak = startet, beginnt 시작
gu-man = stopp, beenden 그만
gal-lyo = trennen
gye-sok = weitermachen 계속
gyo'ng-go Verwarnung 경고
chom = Punkt 점

Koreanische Zahlen

Im Koreanischen gibt es zwei unterschiedliche Zahlensysteme, die auch heute noch parallel im Gebrauch sind. Die Zahlen HANA, DUL SET, NET … werden als koreanische Zahlen bezeichnet und gehen von 0–99. Sie werden vor allem bei Aufzählungen verwendet, wohingegen die sinokoreanische Zahlen IL, I, SAM, SA, O, YUK, CHIL … hauptsächlich bei Rechenaufgaben und Währungsangaben im Gebrauch sind. Sie stammen ursprünglich aus dem Chinesischen.
Eine kuriose Ausnahme stellt die Zeitangabe dar. Dort werden die Stunden mit HANA, DUL … angegeben und Minuten sowie Sekunden mit IL, I, SAM, SA … (1:30 Uhr = Han-Shi Sam-Ship Pun)

Auch im Taekwon-Do haben beide Zahlensysteme ihre Relevanz. Die Dangrade zählt man mit den sinokoreanischen Zahlen (sam-dan = 4. Dan), wohingegen man die Wiederholungen bei den Übungseinheiten mit den koreanischen Zahlen zählt.

0
Kong
공

1
HA-NA
하나

2
DUL
둘

3
SET
셋

4
NET
넷

5
DA-SOT
다섯

6
YO-SUT
여섯

7
IL-GOP
일곱

8
YU-DUL
여덟

9
A-HOP
아홉

10
YUL 열

Dachverband Traditional Taekwon-Do Centers e. V.

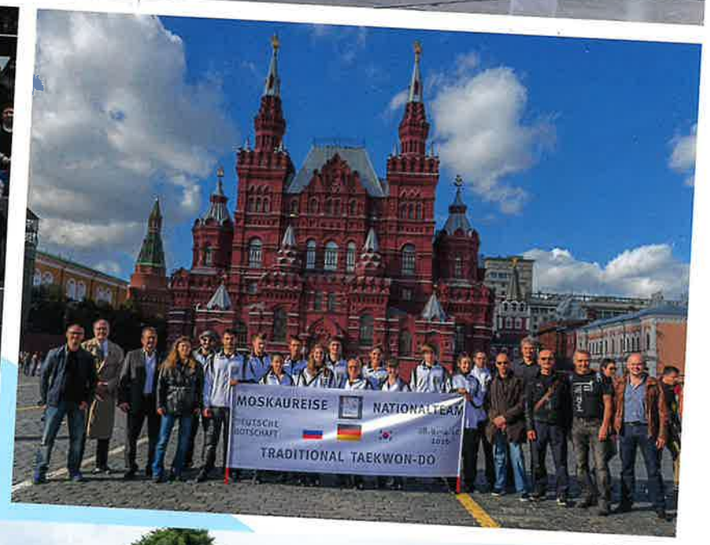
Die Leitung des Dachverbandes besteht aus einer Gruppe selbstverantwortlicher Taekwon-Do Meister in Deutschland, von denen die Meisten über 20 Jahre direkte Schüler von Systemgroßmeister Kwon, Jae-Hwa sein durften.
Nach dem Ende der Verbandsarbeit von Großmeister Kwon, Jae-Hwa zum 31.12.2013, haben sie sich zum Ziel gesetzt, das ursprüngliche Gedankengut des Traditionellen Taekwon-Do in Deutschland zu erhalten und weiterzuentwickeln.

Sie haben sich in einem Großmeister-Rat organisiert, der vielfältige Maßnahmen zum Erreichen dieser Ziele koordiniert und Perspektiven für die Zukunft des Traditionellen Taekwon-Do in Deutschland entwickeln soll. Am 27.09.2014 hat diese Gemeinschaft einen gemeinnützigen Verband und Verein unter dem Namen „Traditional Taekwon-Do Centers e. V.“ gegründet.

Zielsetzung des Verbandes ist es, weiterhin ein hohes Niveau im Taekwon-Do zu gewährleisten und das Taekwon-Do in seiner alten traditionellen Art zu erhalten. Zu diesem Zweck hat der Verband ein Regelwerk erlassen, welches für alle angeschlossenen Schulen verbindlich ist. Dies beinhaltet eine Prüfungsordnung, eine Finanzordnung und eine Kodexordnung.
Darüber hinaus richtet der Verband Großveranstaltungen aus und unterstützt seine Mitglieder in vielfacher Weise. Der Verband verfolgt keine kommerziellen Ziele und ist gemeinnützig.

Nationalteam

2016 wurde ein Nationalteam gegründet, dem die besten jungen Schwarzgurte des Verbandes angehören. Diese jungen Meister des Taekwon-Do stammen aus allen Verbandsschulen und präsentieren die Kampfkunst mit Vorführungen auf höchstem Niveau.



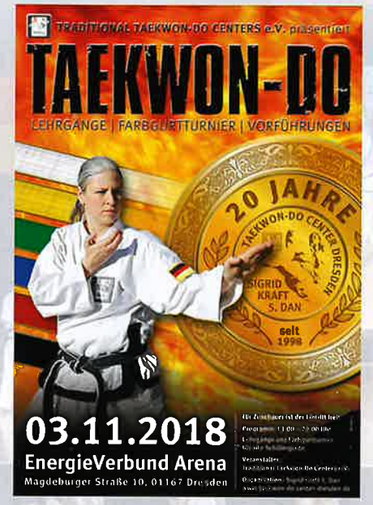
Rückblicke

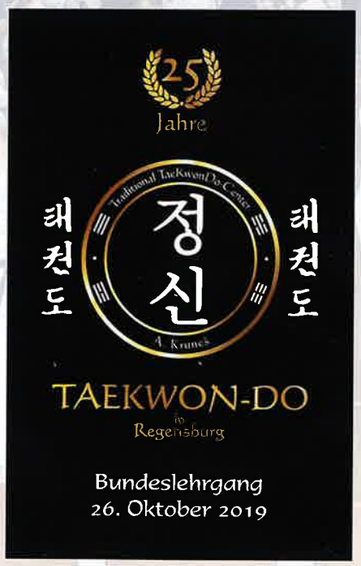
TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS e.V. präsentiert
TAEKWON-DO
Internationaler LEHRGANG
LÄNDERKAMPF D – CY
Große GALAVORFÜHRUNG
Programm:
Ausrichterin:
Sigrid Kraft 5. Dan | www.taekwon-do-center-dresden.de
18.02.17 Margon Arena

TAEKWON - DO
BENEFIZ
BUNDESLEHRGANG
Traditionelles Taekwon-Do Ulm / Neu-Ulm e.V.
Einsteinstraße 37
89077 Ulm
www.tkd-ulm.de
0176 / 21249671
태권도
Samstag, 28.April.2018
13 Uhr bis 19 Uhr
Sporthalle Ulm Nord
Talstraße 51
89081 Ulm
GROSSER BENEFIZ-BRUCHTEST-MARATHON & TYPISIERUNG
DKMS
WIR BESIEGEN BLUTKREBS
Sponsorenfeld

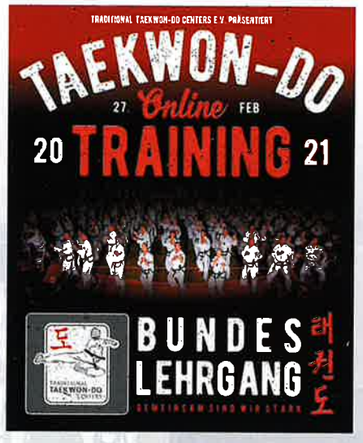
태권도
KROATIEN
2018

BENEFIZ GALA
TRADITIONAL TAEKWON-DO FEDERATION
VORFÜHRUNGEN
und
LÄNDERKAMPF
Deutschland – Zypern
EHRENGÄSTE:
Alexander Dobrindt, MdB,
Bundesverkehrsminister a. D.
Florian Streibl, MdL
Zurück im Circus Krone Bau München
2. Juni 2019
Beginn: 14:30 Uhr Einlass: 14:00 Uhr
Veranstalter: Traditional Taekwon-Do Centers e. V. Am Sportpark 1–3 | 83646 Bad Tölz | www.traditional-taekwondo.center

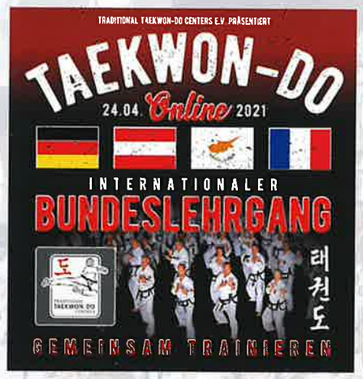

TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS e.V. präsentiert
TAEKWON-DO
LEHRGÄNGE | FARBGURTTURNIER | VORFÜHRUNGEN
20 JAHRE
TAEKWON-DO CENTER DRESDEN
SIGRID KRAFT 5. DAN
seit 1998
03.11.2018
EnergieVerbund Arena
Magdeburger Straße 10, 01167 Dresden


25 Jahre
태권도
정신
태권도
Traditional Taekwon-Do Center
A. Krunes
TAEKWON-DO
in
Regensburg
Bundeslehrgang
26. Oktober 2019

UNITED WE TRAIN
ONLINE ZOOM TRAINING


TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS E.V. PRÄSENTIERT
TAEKWON-DO
27. Online FEB
20 TRAINING 21
BUNDES LEHRGANG
태권도

KROATIEN
PAKOŠTANE
태권도
CAMP
2022


TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS E.V. PRÄSENTIERT
TAEKWON-DO
24.04. Online 2021
INTERNATIONALER
BUNDESLEHRGANG
태권도
GEMEINSAM TRAINIEREN

15 JAHRE
KWON
Kampfkunst
Ingolstadt
BENEFIZ-VERANSTALTUNG
TAEKWON-DO
Jubiläumslehrgang
17. 09. 2022
Samstag, Beginn: 13 Uhr
✓ Lehrgänge für alle Gurte
✓ Schulleitervorführungen
✓ Schwarzgurtprüfungen
✓ Get-Together
✓ Abendessen
+49 841 1212919
Veranstalter: Claus Moos
KWON Kampfkunstschule

TAEKWON-DO
PRÜFUNGS LEHRGANG
Seminare | Sichtungen
Dan-Prüfungen
Großmeisterprüfung
SPORTPARK RABENBERG
20. bis 22.01.2023
Erstes Training: Freitag 16:00 Uhr

HOSTED BY TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS E.V.
TAEKWON-DO
18. Online 12.
20 TRAINING 21
Be there!
INTERNATIONAL
SEMINAR 태권도

HOSTED BY TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS E.V.
TAEKWON-DO
DEC Online 18TH
20 TRAINING 22
Join in!
INTERNATIONAL
SEMINAR 태권도

Jubiläum: Fünf Jahre Taekwon-Do Center Pankow
Bundeslehrgang
Traditional Taekwon-Do Centers e.V.
6.Mai.2023
Einlass ab 12Uhr
Vorführungen
6. Dan-Prüfung
Meisterprüfungen
Festgast: Stefan Gelbhaar (Mitglied des Bundestages)
und Dirk Stetter (Abgeordneter für Weißensee)
sowie Paul Schluter (Bezirksverordneter in Pankow)
Tanzhalle – Weißkopromenade 11, 13086 Berlin
M4 Albertinenstraße, 158/255 Weißkopromenade

Verbandsschulen

DEUTSCHLAND

Taekwon-Do Center Dresden-Plauen
Ralf Claußnitzer, André Rademacher

Chemnitzer Straße 121 | 01187 Dresden
Telefon +49 – (0)178 – 128 10 34
www.taekwon-do-center-dresden.de

Taekwon-Do Center Dresden
Sigrid Kraft

Altenberger Straße 65 | 01277 Dresden
Telefon +49 – (0)351 – 31 090 32
www.taekwon-do-center-dresden.de

Taekwon-Do Center Dresden-Laubegast
Marvin Patzelt, Andrea Viol

Österreicher Straße 38 | 01279 Dresden
Telefon +49 – (0)176 – 23 31 36 00
www.taekwon-do-center-dresden.de

Taekwon-Do Radebeul
Elisabeth Jahnke

Gartenstraße 70 | 01445 Radebeul
Telefon +49 – (0)162 – 2 58 09 12
www.taekwondo-radebeul.de

Taekwon-Do Center Pirna
Yvonne Wollny

Dresdner Straße 11 | 01796 Pirna
Telefon +49 – (0)3501 – 46 15 95
www.taekwondo-pirna.de

Zen-Taekwondo Center Berlin
Thomas Wiener

Grellstraße 74 | 10409 Berlin
Telefon +49 – (0)151 – 21 23 30 21
www.zen-taekwondo.de

Taekwon-Do Center Pankow
Ralf Grauer

Falkenberger Str. 35a | 13088 Berlin
Telefon +49 – (0)30 – 54 03 70 88
www.tkd.berlin

Taekwon-Do Center Flensburg
Florian Bruckmann

Ulstrup 19 | 24999 Wees
Telefon +49 – (0)177 – 173 87 37

Taekwon-Do SC Uchte
Henning Schröder

Am Mühlenberg 9 | 31600 Uchte
Telefon +49 – (0)162 – 4 67 13 72
www.scuchte.de/taekwon-do

Taekwon-Do Center Köln
Jürgen Sammler

Koblenzer Straße 1-9 | 50968 Köln
Telefon +49 – (0)157 – 86 51 56 04
www.taekwon-do-koeln.de

Taekwon-Do Center Bonn
Thomas Weiß

Vorgebirgsstraße 35 | 53119 Bonn
Telefon +49 – (0)228 – 65 74 06
www.taekwon-do-bonn.de

Traditionelles Taekwon-Do Center Altenhundem
Kunibert Quast

Marktplatz 5 | 57368 Lennestadt-Altenhundem
Telefon +49 – (0)151 – 22 80 08 42
www.taekwondo-center-altenhundem.de

Taekwon-Do Center Olpe
Ludwig Brutzer

Bruchstraße 52 | 57462 Olpe
Telefon +49 – (0)2761 – 7 03 94 27
www.taekwondo-center-olpe.de

Taekwon-Do Gruppe de KSV Witten
Andreas Meyer, Frank Rakowske

Mannesmannstraße 8 | 58455 Witten
Telefon +49 – (0)173 – 7 09 61 78
ksv-witten.de/breitensport/kampfsport/tae-kwon-do

Taekwon-Do Gruppe der Universität Witten
Christian Brodowski

Westfalenstraße 19 | 58455 Witten
Telefon +49 – (0)176 – 64 61 77 16
www.hochschulwerk.de

Traditional Taekwon-Do Center Hoch-Taunus
Oliver Lehmann

Westerbachstraße 23, Eingang A | 61476 Kronberg
Telefon +49 – (0)175 – 991 85 53
www.mtk-taekwondo.de

Taekwon-Do Center Hanau
Markus Kops

Kurt-Blaum-Platz 7 | 63450 Hanau
Telefon +49 – (0)6181 – 49 86 22
www.taekwon-do-hanau.de

MudoPark Kampfkunstschule
Young-kul Park

Bessunger Straße 33-35 | 64285 Darmstadt
Telefon +49 – (0)6151 – 154 51 76
www.taekwondo-darmstadt.de

Black Belt Center Rheingau
Uwe Pillgramm

Hauptstraße 60 | 65347 Hattenheim
Telefon +49 – (0)6723 – 9 98 86 06
www.winyourfight.de

Traditional Taekwon-Do Center Main-Taunus
Oliver Lehmann

Krifteler Markt | Kapellenstraße 50 | 65830 Kriftel
Telefon +49 – (0)175 – 9 91 85 53
www.mtk-taekwondo.de

Taekwon-Do Center Mannheim
Pit Jäger

Augustaanlage 13 | 68165 Mannheim
Telefon +49 – (0)176 – 24 85 92 56
www.taekwondo-mannheim.de

Taekwon-Do Center Stuttgart
Gerd Göres

Silberburgstraße 164 | 70178 Stuttgart
Telefon +49 – (0)170 – 415 77 43
www.taekwon-do-stuttgart.de

Traditionelles Taekwon-Do Konstanz
Sascha Rademacher

Hafenstraße 14 | 78462 Konstanz
Telefon +49 – (0)172 – 156 76 97
www.taekwon-do-konstanz.de

Methode Taekwondo Kampfkunstschulen
Dr. Robin Basu

Südliche Münchner Straße 35 c | 82031 Grünwald
Telefon +49 – (0)175 – 1 74 29 02
www.methode-taekwondo.de

Shil Yong Taekwondo Olching
Dr. Andreas Brüch

Heckenstr. 11 | 82140 Olching
Telefon +49 – (0)176 – 64 90 46 28
www.traditional-taekwondo-olching.de

Methode Taekwondo Kampfkunstschulen
Dr. Robin Basu

Römerstraße 52a | 82205 Gilching
Telefon +49 – (0)175 – 1 74 29 02
www.methode-taekwondo.de

Methode Taekwondo Kampfkunstschulen
Dr. Robin Basu

Kaiser-Wilhelm-Straße 2 | 82319 Starnberg
Telefon +49 – (0)175 – 1 74 29 02
www.methode-taekwondo.de

Taekwon-Do Schule Weilheim
Hans Kaiser

Holzhofstraße 1 | 82362 Weilheim/Trifthof
Telefon +49 – (0)881 – 9 24 92 68
www.taekwondo-toelz.de/schulen/weilheim

Taekwon-Do Schule Penzberg
Hans Kaiser

Seeshaupter Straße 22 | 82377 Penzberg
Telefon +49 – (0)8041 – 7 58 87
www.taekwondo-toelz.de/schulen/penzberg

Taekwon-Do Schule Geretsried
Hans Kaiser

Egerlandstraße 43 | 82538 Geretsried
Telefon +49 – (0)8171 – 64 96 06
www.taekwondo-toelz.de/schulen/geretsried

Taekwon-Do Gruppe Übersee/Grassau
Sergej Neumüller

Tanzsaal Übersee | Gewerbestr. 2 | 83236 Übersee
Telefon +49 – (0)160 – 94 42 92 93
www.kampfkunst.club

Taekwon-Do Gruppe Traunreut
Sergej Neumüller

Werner-von-Siemens-Str. 12a | 83301 Traunreut
Telefon +49 – (0)160 – 94 42 92 93
www.kampfkunst.club

Taekwon-Do Gruppe Trostberg
Jenny Vollers

Heinrich-Braun-Str. 12 | 83308 Trostberg
Telefon +49 – (0)152 – 38 93 41 28
www.kampfkunst.club

Taekwon-Do Schule Surtal/Traunstein
Thomas Könnecke

Surtal 49 | 83362 Surberg
Telefon +49 – (0)861 – 90 94 66 33
www.kampfkunst.club

Verbandsschulen

Taekwon-Do Black-Belt-Center Bad Tölz
Hans Kaiser

Am Sportpark 1 – 3 | 83646 Bad Tölz
Telefon +49 – (0)8041 – 7 58 87
www.taekwondo-toelz.de

Kwon Kampfkunstschule Ingolstadt
Claus Moos

Regensburger Straße 145 | 85055 Ingolstadt
Telefon +49 – (0)841 – 1 21 29 19
www.taekwon-do-ingolstadt.de

Kampfkunstschule Poing
Awi Rosenzweig

Neufarner Straße 12 | 85586 Poing
Telefon +49 – (0)8121 – 7 91 22 95
www.kampfkunst-poing.de

Kampfkunstschule Zorneding
Sebastian Pitsch

Anzinger Straße 2 | 85604 Zorneding
Telefon +49 – (0)8106 – 292 49
www.kampfkunst.schule

Traditional Taekwondo Center Augsburg
Oliver Reuter

Schertlinstraße 13 A | 86159 Augsburg
Telefon +49 – (0)176 – 10 19 60 56
www.augsburg-taekwondo.de

Seong Taekwondo Harburg
Florian Strehle

Mündlinger Straße 16 | 86655 Harburg
Telefon +49 – (0)9080 – 52 33 82
www.seong-taekwondo-harburg.de

Taekwon-Do Heidenheim
Johannes Bofinger

SV Mergelstetten 1879 e.V., Abteilung Taekwondo
In der Schwende 4 | 89522 Heidenheim
www.svmergelstetten.de/abteilungen/taekwondo

Taekwon-Do Neunkirchen
Hubert Weber

Erleinhofer Straße 25 | 91077 Neunkirchen am Brand
www.taekwondo-forchheim.de

Traditionelles Taekwon-Do Center Forchheim
Hubert Weber

Am Streckerplatz 2 | 91301 Forchheim
www.taekwondo-forchheim.de

Taekwon-Do Ebermannstadt
Hubert Weber

Georg-Wagner-Straße 14 | 91320 Ebermannstadt
www.taekwondo-forchheim.de

Taekwon-Do Aischtal
Hubert Weber

Bahnhofstraße 15 | 91325 Adelsdorf
www.taekwondo-forchheim.de

Traditional Taekwon-Do Center Regensburg
Adolfo Kruneš

Nelkenweg 3 | 93053 Regensburg
Telefon +49 – (0)941 – 56 73 40
www.taekwondo-regensburg.de

Taekwon-Do Black Belt Center Bamberg
Uwe Meisel

Schlehdornweg 1a | 96052 Bamberg
Telefon +49 – (0)172 – 8 64 40 64
www.taekwondo-bamberg.org

FRANKREICH

Taekwon-Do Traditionnel Avignon
Georg Reinartz

44, Rue Thiers | 84000 Avignon
Telefon +33 – (0)620 – 35 08 61
www.taekwondo-avignon.fr

ÖSTERREICH

Taekwon-Do Schule Salzburg
Thomas Könnecke

Fürbergstr. 30, Top 4 | 5020 Salzburg
Telefon +49 – (0)172 – 835 15 54
www.taekwon-do-salzburg.at

Phönix Taekwon-Do Gruppe Köstendorf
Paul Schöppel

Enhartinger Straße 3 | 5203 Köstendorf
Telefon +43 – (0)664 – 88 29 92 69
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Gruppe St. Gilgen
Paul Schöppel

Aberseestr. 13a | 5340 Sankt Gilgen
Telefon +43 – (0)664 – 88 29 92 69
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Schule Wagna
Philipp Schöppel

Leitringer Hauptstraße 33 | 8435 Wagna
Telefon +43 – (0)664 – 88 29 92 70
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Gruppe Gundersdorf
Gregor Schöppel

Gundersdorf 85 | 8511 St. Stefan ob Stainz
Telefon +43 – (0)664 – 88 26 92 14
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Gruppe Pölfing-Brunn
Gregor Schöppel

Schulstraße 12 | 8544 Pölfing-Brunn
Telefon +43 – (0)664 – 88 26 92 14
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Gruppe St. Ulrich in Greith
Gregor Schöppel

Kopreinigg 51 | 8544 Sulmeck-Greith
Telefon +43 – (0)664 – 88 26 92 14
www.phoenix-taekwondo.at

Phönix Taekwon-Do Schule Wies
Gregor Schöppel

Steyeregg 149 | 8551 Wies
Telefon +43 – (0)664 – 88 26 92 14
www.phoenix-taekwondo.at

ZEN Taekwon-Do Center
Tim Krah

Schlossgraben 10 | 6800 Feldkirch
Telefon +43 – (0)681 – 10 90 22 11
www.zen-taekwondo.center

Stand: Mai 2023

JETZT MITGLIED WERDEN!

TRADITIONAL TAEKWON-DO
Gute Gründe, Mitglied zu werden:

- ✗ Sie unterstützen eine gute Sache!
  Es gibt keine Gewinnorientierung, es geht ausschließlich ums Traditionelle Taekwon-Do mit all seinen Werten.
- ✗ kostenlose Bundeslehrgänge
- ✗ international anerkannte Prüfungen
- ✗ vergünstigte Seminare und Weiterbildungen
- ✗ weitere gemeinsame Aktionen
  die den Zusammenhalt und unseren Sport stärken, wie auch unserer Kampfkunst eine Stimme verleihen.
- ✗ kostenlose Gasttrainings
- ✗ Schwarzgurt-Nationalteam mit Länderkämpfen

TRADITIONAL TAEKWON-DO CENTERS e.V.