

Sektionsleiter:

Hubert Maximilian Schirl
Lenaustraße 1/1, 4850 Timelkam
Mobil: 0699/10043434
E-Mail: hms.hessen14@gmail.com

Trainer:

Sektionsleiterstellvertreter
Großmeister Jacques Tchuankeng
Konrad-Laibstraße 16/8, 5020 Salzburg
Mobil: 0664/6409256
E-Mail: jacquestchuankeng@yahoo.fr

Kassier:

Helmut Hummer, 4863 Seewalchen,
Dr. Fritz-Seifert-Straße 26b
Mobil: 0676/83667540
E-Mail: helmut.hummer@gmx.at

*

Trainingszeiten:

Dienstag: 18:00 - 19:30 Uhr
Freitag: 19:30 - 21:00 Uhr
*in der Turnhalle der
Volksschule Seewalchen a. A.*

*

*Es ist nicht genug zu wissen-
man muss es auch anwenden*

*Es ist nicht genug zu wollen-
man muss es auch tun*

Mitglied des

OTDV-Österreich



VKB | BANK

ÖSTERREICHS UNABHÄNGIGE BANK
4861 Kammer, Hauptstraße 1

Mitgliedsbeiträge monatlich

Bis 15 Jahren € 15,-

Ab 16 Jahren € 20,-

VOLKSBANK



ATSV – SEEWALCHEN

ZVR-Zahl: 116866482

Sektion Taekwondo



5.Dan-Großmeister

2.Dan Judo

2.Dan Jiu-Jitsu

HO-SIN SUL (Selbstverteidigung)

OTDV- Prüfer Lizenz

Diplom-Sportmanager

Judo Kampfrichter



Taekwondo - Was ist das?

Taekwondo (TKD) ist die koreanische Kunst des Fuß- und Handkampfes.

TAE :treten, stoßen, schlagen und springen mit den Füßen
KWON wörtlich: Faust, umschreibt die Handtechniken
DO Weg - der philosophische Hintergrund des Taekwondo (Lehre, Philosophie, Persönlichkeits- und Charakterbildung, Erziehungsprinzip)

Was bewirkt Taekwondo?

Regelmäßiges Training verbessert das Allgemeinbefinden, erschafft ein gesundes seelisch-körperliches Gleichgewicht, erhält die Beweglichkeit, Gewandtheit und Spannkraft,

- steigert die Konzentrationsfähigkeit
- aktiviert die Lebensenergien

Die Schulung von Geist und Körper fördert die Entwicklung des Selbstvertrauens und des Selbstwertgefühls, wichtige Voraussetzungen für

- Toleranz
- Verantwortungsbewusstsein
- Gelassenheit in Selbstverteidigungssituationen
- Vermeidung von Gewalt



Der wohl berühmteste Taekwondokämpfer ist zweifelsohne Chuck Norris („Walker-Texas Ranger“)

Nach seinem High-School-Abschluss trat er 1958 in die United States Air Force ein und wurde als Militärpolizist in Korea eingesetzt. Von seinen Kameraden erhielt er den Spitznamen „Chuck“. Während der Koreazeit wandte er sich dem Kampfsport zu und trainierte die koreanische Kampfkunst Tang Soo Do. Erst 1962 kehrte er wieder in die USA zurück und gründete mehrere Karateschulen. Zu seinen Schülern gehörten u. a. Prominente wie Steve McQueen, der ihn auf die Idee brachte, in das Filmgeschäft einzusteigen, sowie Priscilla Presley und Michael Landon. 1968 war er zum ersten Mal Mittelgewichtsweltmeister. Im Jahr 1969 wurde er vom Magazin „Black Belt“ zum „fighter of the year“ auserkoren. Außerdem war Norris der erste westliche Mann, welcher im Taekwondo mit dem 8. Dan des Schwarzen Gürtels ausgezeichnet wurde. Er trainierte auch mit Bruce Lee

Die Ausbildungsbereiche im Taekwondo



Poomse: Formenlauf, Wettbewerb, Grundschule



Kyokpa: Bruchtes



Jayu-kyorugi: Freikampf, olympische Disziplin



Hanbon-kyorugi: Partnerübungen, abgesprochener Kampf



Hosinsul: Selbstverteidigung

Die Geisteshaltung im Taekwondo



In der Philosophie des Taekwondo vereinen sich mehrere ostasiatische Geistesströmungen. Diese Zen- (korean.: Son) Philosophie bildet das Grundgerüst des Taekwondo, welches nicht, wie oft angenommen, auf das bestmögliche Erlernen von Selbstverteidigungstechniken abzielt, sondern einen Weg weist, die eigene Persönlichkeit zu bilden, den Charakter zu schulen und Menschlichkeit zu üben.

Das Training soll helfen, die eigenen Stärken und Schwächen zu erkennen und damit umgehen zu lernen. Das höchste Ziel des Taekwondo-Trainings ist es, nicht rücksichtslos vorzugehen, sondern durch Disziplin und Körperbeherrschung die persönliche Geisteshaltung auszubilden. (Kyong Myong Lee) Unter diesen Aspekten mögen nun einige Grundsätze des Taekwondo genannt sein:

- Geduld, Bescheidenheit, Toleranz
- Selbstvertrauen, Selbstüberwindung, Selbstdisziplin, Selbstkontrolle
- Konzentration, Zielstrebigkeit, Leistungswille
- Ehrlichkeit, Höflichkeit, Gemeinsamkeit, Menschlichkeit, Gerechtigkeit



Seit den Olympischen Spielen 2000 in Sydney ist Taekwondo eine vollwertige olympische Disziplin.