

## Nachrichten

Informationen für Mitglieder und Freunde der MUDOKWAN Sportschule



Liebe  
MUDOKWAN Mitglieder!

Das Jahr 2015 ist bis jetzt nur so vorbeigerauscht. Keine Zeit, neue Nachrichten zu schreiben, kaum war ein Termin vorbei, kam schon eine andere Veranstaltung. Dazu die Vorbereitungen für die Eröffnung unserer neuen Heimstätte in Hietzing und schon war es Sommer bzw. Herbst.

Für mich gab es mehrere Highlights: ich habe den letzten Teil des International Instructor Course in Korea abgeschlossen und bin nun Kukkiwon 1st Class Instructor. Auf Einladung des Kukkiwon nahm ich am Examiner Course in Seoul teil und erhielt als einer von nur zwei Österreichern (der andere ist Großmeister Lee Kwang Bae) die Prüferberechtigung des Kukkiwon erster Klasse.

Danach ging das Vienna Taekwondo Festival über die Bühne und gleich darauf hatte ich ein paar nette Tage im Orthopädischen Spital Speising, wo man meine Wirbelsäule wieder reparierte. Jetzt folgt noch ein interessanter Herbst mit Danprüfungen in Prag und Vorführungen in St. Pölten und dann kommt schon wieder Weihnachten. Ich hoffe ihr konntet ein ebenso erfolgreiches Jahr 2015 verbringen!

Euer Schulleiter  
Dr. Norbert Mosch

### 1. Mai 2015 - Eröffnung des MMC in Hietzing



Ein historischer Tag war der 1. Mai 2015. Nach einigen Jahren auf der Wanderschaft eröffneten wir wieder eine eigene Trainingsstätte: den MUDOKWAN Masters Club in Hietzing.

Die zahlreichen Gäste der Eröffnungsfeier konnten nicht nur ein koreanisches Buffet genießen sondern auch Vorführungen unserer Taekwondo-Schüler

und -Meister sowie von Mitgliedern der Wushu-Gruppe von Meister Chen Shihong bewundern. Als Ehrengäste waren Großmeister Lee Kwang Bae und ÖTDF-Präsident Dr. Zademohammad anwesend.

Der MUDOKWAN Masters Club wird nun unsere neue Zentralstelle für Training und Verwaltung. Er bietet nicht



nur einen modernen Trainingsraum, ausgestattet mit elektronischen Trainingsgeräten und einer koreanischen Bruchtestmaschine, sondern auch Büroräume, eine Verkaufsausstellung für Kampfsportartikel und Behandlungsabteile für Akupunkturbehandlung.

Endlich haben wir wieder eine Heim-



stätte die wir 24 Stunden lang benützen und die wir entsprechend dekorieren und ausstatten können. Dazu kommt, dass wir auch Kundenparkplätze direkt vor dem Eingang haben und die Räume technisch hochwertig ausgestattet sind und kundenfreundliche im Erdgeschoß

liegen.

Alles in allem also perfekte Voraussetzungen für erfolgreiche und angenehme Trainingsstunden.

Im August erhielten wir dann unsere neuen Trainingsmatten aus China, sodass wir nun auch alle Sprungtechniken gelenkschonend durchführen können. In Kürze werden wir einen weiteren elektronischen Sandsack von LaJust erhalten sowie ein ebenfalls elektronisches Schalgpolster.

Derzeit gibt es von Montag bis Mittwoch



Trainingsstunden im MMC, Donnerstag haben wir nach wie vor Training in der Meiselstraße im fünfzehnten Bezirk und die zusätzlichen Trainingsstunden für Kinder-Taekwondo finden im dritten Bezirk, in der Strohgasse 15 statt. Es ist geplant, die Trainingszeiten in Hietzing nach und nach auszuweiten, auch Kurse und Seminare am Wochenende werden in Zukunft dort stattfinden.

Mit dem MMC haben wir eine richtungsweisende Trainingsstätte eröffnet und perfekte Trainingsbedingungen geschaffen.



## Sommertrainingslager 2015

Wieder einmal fand unser Sommertrainingslager in St. Martin im Burgenland statt. Vom 3. bis 5. Juli trafen sich die Unentwegten in der Vorlksschule St. Martin um ein Wochenende lang Tae-

kwondo zu üben.

Wie immer war das Training sehr intensiv, aufgelockert durch eine Nunchaku-Übungsstunde am Freitag Abend um auch die Koordination der Arme zu för-

dern. Trotz so macher Ablaufschwierigkeiten rackerten sich alle redlich ab um die „Stäbchen des Todes“ unter Kontrolle zu behalten.

Am Samstag gab es dann den traditionellen Grillabend in Landsee, wo man sich auf die am nächsten Tag stattfindende Prüfung einstimmen konnte.



## Korea 2015 - Seoul, Taekwondowon und Jeju



Vom 8. bis 20. Juli lernte eine Gruppe der MUDOKWAN Schule die vielfältigen Seiten Koreas kennen. Die ersten Tage verbrachte man in Seoul, wo neben verschiedenen Sehenswürdigkeiten natürlich das Kukkiwon an oberster Stelle des Programms stand.

Dem Badezimmer, aber ungewohnt auf koreanischen Bodenbetten. Tagsüber gab es Ausflüge nach Jeonju und Muju. Am Abend lud uns dann Professor Cheong, der Vater unseres Extrainers Jaemo zu einem Grillabend in seinem Sommerhaus in der Nähe von Jeonju ein.



Danach blieben wir zwei Tage im Taekwondowon in Muju, dem wohl modernsten und größten Taekwondo-Trainingskomplex weltweit. Museum, Stadion, Trainingsräume und das hypermoderne "YAP!"-Trainingszentrum standen auf dem Programm. Eine

Nach einem abschließenden Mittagessen im Hard Rock Cafe Seoul ging es am 13. Juli nach Gimje in Zentralkorea. Zweimal übernachtete die Gruppe in einem traditionellen koreanischen Anwesen: zwar mit gewohntem Komfort wie Klimaanlage, TV und moder-



Taekwondo-Demo und eine Trainingsstunde gemeinsam mit anderen Besuchern durften auch nicht fehlen. Am 16. Juli flogen wir schließlich für vier Tage nach Jeju. Viele Besichtigungen, z.B. eine Lava-Höhle, das Steinmuseum, die Hauptstadt Jeju City, unzählige Restaurants mit lokalen Spezialitäten sowie zweimahlige Strand-Nachmittage ließen die Tage schnell vergehen.

Zum Abschluss gab es noch eine anstrengende Besteigung des Halla-San, des zentralen Vulkans der Insel Jeju. Am 20. Juli



war die Reise für die Teilnehmer vorbei, sie wurden am Flughafen Incheon verabschiedet und traten den Rückflug nach Wien an. Für Dr. Mosch begann am gleichen Tag ein anstrengendes Trainingsprogramm in Muju und Seoul... aber das ist eine andere Geschichte...

## Kukkiwon Instructor Kurs im Taekwondowon

Das Kukkiwon veranstaltet in regelmäßigen Abständen internationale Trainerkurse um die technischen Standards des Taekwondo zu vermitteln und eine weltweit gleiche Ausbildung in den Taekwondoschulen und -vereinen zu garantieren. Bis vor einigen Jahren konnte man diese Trainerkurse nur in Korea absolvieren, der erste europäische Trainerkurs des Kukkiwon fand übrigens 2012 in Wien statt.

Bei den Kukkiwon-Kursen unterrichten die weltbesten Trainer und wahre Taekwondo-Legenden und auch die theoretische Ausbildung kommt nicht zu kurz. Die Kurse dauern jeweils etwa eine Woche und werden mit einer theoretischen und praktischen Prüfung abgeschlossen. Man kann drei Trainerstufen erreichen, die von der jeweiligen Danggraduierung und den



bereits absolvierten Kursen abhängen.

MUDOKWAN-Leiter Dr. Mosch nahm vom 21. bis 25. Juli am diesjährigen Kukkiwon Trainerkurs in Korea teil, der im Taekwondowon in Muju stattfand. Das Taekwondowon ist die neue ultramoderne Taekwondo-Trainingsstätte, wo 2017 auch die Taekwondoweltmeisterschaften stattfinden werden.

Gemeinsam mit etwas mehr als einhundert anderen Trainern aus 43 Ländern - alle mindestens 4. Dan - wohnte, trainierte und schwitzte man im Taekwondowon. Das Trainingsprogramm hatte es in sich: 15 Stunden Training von sechs Uhr morgens bis nach 21 Uhr abends mit nur wenig Pausen zum Essen und Relaxen. Kein Wunder dass man dann erschöpft ins Bett fiel.

Die anfänglichen Beschwerden über die



Überbelegung der ansonsten sehr komfortablen Zweibettzimmer (man hatte zwei Zusatzbetten hineingestellt und es blieb wirklich kein Platz zum Auspacken der Koffer) legten sich schon am zweiten Tag als jeder zu müde zum Protestieren war.



Als Höchstgrader aller Teilnehmer wurde Dr. Mosch sogleich zum „Captain“ ernannt, was die Ehre beinhaltete bereits zehn Minuten vor allen anderen anzutreten, die Anwesenheit aller zu kontrollieren und dann die Begrüßung der jeweiligen Instrukturen einzuleiten („Charyeot! - Kyongnye!!“)

Am Morgen gab es gleich einmal einen Berglauf zur Talstation der Zahnradbahn die zur Aussichtsplattform am Gipfel des Berges führt, an dessen Abhang das Taekwondowon liegt. Danach wechselten sich Praxis- und Theoriestunden ab. Abend

suwrd erwartet dass man das mehr als fünfhundert Seiten dicke Lehrbuch durchackerte.

Nach fünf Tagen Anstrengung war es dann so weit: die Abschlussprüfungen waren angesagt. Theorieprüfung im Medienraum und praktische Prüfung in einem der wunderschönen Trainingsräume des Taekwondowon. Der Stress war immerhin so groß, dass einer der Traineranwärter einen Herzanfall bekam und ärztlich versorgt werden musste. Danach ging es dann per Bus zurück nach Seoul zum Kukkiwon und am nächsten Tag sofort zum Kukkiwon Examiner Course ins Grand Hilton Hotel, Der Bericht darüber steht weiter unten.

Die Mühen haben sich jedenfalls gelohnt: im September erhielt Dr. Mosch als bisher einziger Österreicher die offizielle Urkunde zum First Class Kukkiwon Trainer. Für unsere Mitglieder ist somit garantiert dass sie nach den Vorgaben des Kukkiwon bestens unterrichtet werden.



## Kukkiwon Examiner Course

Ab dem nächsten Jahr verändert sich die Danprüfungsprozedur im Kukkiwon dramatisch. Konten bisher Inhaber des 4. Dan und höher eine Vereinbarung mit dem Kukkiwon eingehen dass sie selbstständig Danprüfungen abnehmen dürfen und dann die entsprechenden Kukkiwon Danurkunden bekommen, so gilt das ab 2016 nur mehr für Prüfungen zum ersten und zweiten Dan.

Prüfungen zum dritten bis zum siebten Dan dürfen in Zukunft nur mehr von Inhabern einer Kukkiwon Prüferlizenz abgenommen werden. Die Autorität zum Erhalt von Kukkiwon Danurkunden wird außerdem entweder an die jeweiligen



Landesverbände, an den Kontinentalverband oder an eine neu zu gründende Kukkiwon-Zweigstelle im Land vergeben. Wie das in Österreich gehandhabt werden wird ist noch offen.

Der erste Prüferlizenzlehrgang für die neuen Kukkiwon-Prüfer fand daher vom 26. bis zum 29. Juli in Seoul statt. Das Kukkiwon lud etwa 170 hochrangige Taekwondomeister und -großmeister in das Grand Hilton Hotel ein, um an diesem Kurs teilzunehmen.

Aus Österreich waren vier Teilnehmer eingeladen worden. Neben Dr. Mosch auch Großmeister Lee Kwang Bae, der ÖTDV-Präsident Dr. Zademohammad und Christian Huber aus Tirol. Gleich zu



Beginn wurden alle Teilnehmer in zwei Gruppen eingeteilt: jene, die eine Instruktor-Lizenz besaßen und die anderen.

Der Unterricht war für beide Gruppen gleich, aber nur die Gruppe A (Inhaber



der Instruktoren-Lizenz) erhielt am Schluß die Prüferlizenz erster Klasse, welche zur Abnahme von prüfungen bis einschließlich 7. Dan berechtigt. Die anderen bekamen nach der Abschlussprüfung die Prüferlizenz dritter Klasse ausgestellt, die berechtigt Prüfungen bis zum 4. Dan abzunehmen.

Wie gewohnt unterrichteten in den praktischen Trainingsstunden höchstrangige und international bekannte Kukkiwon-Instruktoren. Hauptsächlich wurde Technik und Poomsae unterrichtet, aber auch Spezialstunden wie z.B. Demotechniken, Wettkampfsteps und Hoshinsul standen

auf dem Programm. Die Theoriestunden wurden von verschiedenen Universitätsprofessoren geleitet.

Es war schon ein seltenes Erlebnis, neben Taekwondo-Legenden wie Großmeister Park Soo Nam, Großmeister Le Kwang Bae und vielen anderen bekannten höchstgraduierten Taekwondomeistern zu trainieren und zu beobachten wie sie alle Araemakki und Taeguk Il-Jang übten.

Das Training begann um neun Uhr morgens und dauerte bis nach 21 Uhr abends, unterbrochen von einer kurzen Pause für das Mittag- und Abendessen. Zum Schluss gab es wieder die gewohnte schriftliche und praktische Prüfung.

Nach vier Tagen Training gibt es nun nur zwei Kukkiwon Prüfer erster Klasse in Österreich: Großmeister Lee Kwang Bae und Dr. Mosch. Dr. Zademohammad und Christian Huber erhielten die Prüferlizenz dritter Klasse. Es ist aber zu erwarten dass es in Kürze weitere lizenzierte Kukkiwon Prüfer geben wird. Ein weiterer Prüferlizenzkurs ist ja bereits für den November - in Wien! - angekündigt.



### IMPRESSUM

Eigentümer und Herausgeber:  
 MUDOKWAN-Sportschule  
 Für den Inhalt verantwortlich:  
 Dr. Norbert Mosch  
 Redaktionsanschrift:  
 1130 Wien, Hietzinger Kai 185  
 Tel.: 767 63 84  
 E -mail: office@mudokwan.at

## Vienna Taekwondo Festival 2015



Zum zweitenmal fand das Vienna Taekwondo Festival am 15. und 16. August im Sportcenter Donaacity statt. Im Vorjahr hatten wir ja erstmals eine internationale Taekwondo-Veranstaltung nach dem Muster des Hanmadang in Korea organisiert. Hanmadang - das bedeutet keine Vollkontaktkämpfe sondern eine Vielzahl von Poomsae Wettbewerben für Einzelpersonen, Paare, Gruppen und Teams, auch mit Musik und mit freien Formen. Zusätzlich Bruchtestwettbewerbe in verschiedenen Kategorien: Handkante, Faust, Hoch- und Weitsprung sowie Team-Demo.

Nachdem im Vorjahr noch viele vorsichtig waren und erstmal sehen wollten was da so abläuft kamen heuer bereits mehr Vereine zum Vienna Taekwondo Festival und es gab auch insgesamt mehr Teilnehmer in den einzelnen Kategorien. Leider fiel diesmal eine große Gruppe aus Griechenland wegen der wirtschaftlichen Probleme des Landes aus.

Insgesamt waren es aber zwei schöne Tage in freundschaftlicher Atmosphäre. Die Eröffnungsfeier, bei der auch der Botschafter Koreas anwesend war, glänzte wieder



durch Vorführungen von koreanischer Trommelmusik, Tanzeinlagen und einer viel bestaunten Pole Dance Vorführung, das Highlight war wie im Vorjahr das Moohwa Demoteam aus Tschechien.

Die koreansche Botschaft unterstützte



wiederum tatkräftig die Veranstaltung und spendete außerdem einen imposanten Ehrenpokal für das beste Team. Der Taekwondo Verein Mustang aus Vorarlberg konnte diese Trophäe mit nach Hause nehmen. Im Rahmen der Veranstaltung gab es auch eine weitere Ehrung von Großmeister Lee Kwang Bae anlässlich seines siebzigsten Geburtstages, den er heuer feierte. Großmeister Lee war ja der erste Taekwondomeister in Wien, als er 1975 von Dr. Mosch eingeladen wurde.

Ob es auch 2016 ein Vienna Taekwondo Festival geben wird hängt von einigen Faktoren ab. Das Kukkiwon will ja zukünftig nationale Hanmadang-Veranstaltungen speziell fördern und stellt für diesen Zweck auch finanzielle Unterstützung zur Verfügung.

In dieser Hinsicht wird es noch Gespräche geben und dann wird man sehen ob das Vienna Taekwondo Festival 2016 offiziellen Charakter bekommt. Auch auf diesem Weg jedenfalls nochmals ein herzliches Dankeschön an die Helfer und Organisatoren, die drei Tage lang wirklich fleißig gearbeitet haben und ohne die eine solche Veranstaltung einfach nicht möglich wäre. Ihr wart einfach großartig!

## Neuer Nunchaku Kurs ab Oktober

Wir sind ja in einer glücklichen Lage: überall rund um Österreich sind Nunchakus verboten und man kann weder damit üben noch darf man sie besitzen. Nur in Österreich können wir Trainingsstunden für den Umgang mit Nunchakus anbieten.

Natürlich sieben wir die Teilnehmer gründlich aus und wir weisen ausdrücklich darauf hin dass Nunchakus reine Trainingsgeräte sind, die außerhalb des Übungsraumes nichts zu suchen haben. Wer sich daran hält kann aber in Kürze wieder einen Kurs besuchen:

**am 8. Oktober 2015 beginnt wieder ein neuer NUNCHAKU-Kurs.**

Der Kurs dauert zwei Monate und wird einmal wöchentlich abgehalten.

Wer noch teilnehmen möchte kann sich bei Dr. Mosch melden:

**Ort:** Turnsaal 1150, Meiselstrasse 19

**Zeit:** Donnerstag von 19.30 - 20.30

**Kosten:** € 150.- (zwei Monate Intensivtraining, 1x pro Woche)

**Mindestteilnehmerzahl:** 4 Personen  
Nunchakus sind selbst mitzubringen, es gibt aber eine beschränkte Anzahl von Leihnunchakus.

## Taekwondo MUDOKWAN St. Pölten

Mehrere Jahre lang gab es eine Zweigstelle der MUDOKWAN Sportschule in St. Pölten. Wegen Problemen mit dem von der Stadt zur Verfügung gestellten Turnsaal musste dann leider das



Training eingestellt werden. Seit 2015 gibt es aber wieder eine MUDOKWAN Sportschule in St. Pölten.

Geleitet wird sie von Sebastian Bektas, einem Mitglied aus unserer damaligen Zweigstelle. Er hat in einem neu erbauten Haus am Rande St. Pöltens eine neue Trainingsstätte eingerichtet, wo neben Taekwondo auch andere Kampfstile, wie z.B. Boxen, unterrichtet werden.

Das Taekwondo-Training erfolgt nach

unseren Richtlinien und fallweise fahren unsere Trainer auch zur Unterstützung nach St. Pölten. Es sind nun einige Monate seit Trainingsbeginn vergangen und in Kürze gibt es die offizielle Eröffnung im Beisein des Bürgermeisters von St. Pölten. Gleichzeitig werden wir auch die erste Kup-Prüfung für die Taekwondoschüler in St. Pölten abhalten.

Bei der Eröffnungsfeier wollen wir auch eine kleine Vorführung abhalten. Wer Zeit hat und mitfahren möchte kann sich bei Dr. Mosch melden. Der Termin ist:

**Samstag, 3. Oktober 2015**  
**Treffpunkt: 12.00 Uhr in St. Pölten**  
**Ratzersdorfer Hauptstraße 98**  
**3100 St. Pölten**

Wer mit Dr. Mosch mitfahren möchte trifft sich um 11.00 Uhr im MMC in Hietzing.

## Danprüfung in Prag

Seit mehreren Jahren hält MUDOKWAN-Leiter Dr. Mosch auf Einladung des tschechischen Taekwondo Verbandes Taekwondo-Seminare und Danprüfungen in Prag ab. Etwa einmal pro Jahr gibt es ein zweitägiges Seminar für zirka dreißig tschechische Danträger und Träger des ersten Kup, die sich auf die Danprüfung vorbereiten.

Am Samstag werden alle technischen Bereiche für die Prüfung durchgenommen, wobei besonders Grundtechniken und Poomsae im Vordergrund stehen. Am Sonntag folgen dann die Danprüfungen, die jeweils mehrere Stunden dauern.

Generell haben die tschechischen Taekwondoin ein sehr gutes technisches Niveau, das sieht man ja auch am Moohwa Demoteam, das aus Tsche-

chien kommt. Über die Jahre hat sich eine starke Freundschaft entwickelt, einige Mitglieder des Moohwa-Teams waren ja auch in Korea bei den Kukkiwon-Kursen und man trifft sich immer wieder auf internationalen Turnieren. Die diesjährige Danprüfung in Prag findet am 21. und 22. November statt und Dr. Mosch wird die neuesten technischen Entwicklungen aus dem Kukkiwon dort vorstellen können.



## Erstes Europäisches Hanmadang in Sindelfingen

Bisher fanden alle Hanmadang-Festivals in Korea statt. Nachdem das Kukkiwon diese Form der Taekwondo-Veranstaltung auch außerhalb Koreas etablieren will, wird es heuer erstmals in Deutschland ein offizielles Taekwondo Hanmadang geben.

Organisiert wird die Veranstaltung von der deutschen Zweigstelle des Kukkiwon, die vor kurzem eingerichtet wurde (siehe unten). Das Programm entspricht 1 : 1 jenem des Vienna Taekwondo Festivals, allerdings unterstützt das Kukkiwon das offizielle Hanmadang mit einer sechsstelligen Dollarsumme.

Das europäische Hanmadang ist für Anfang Dezember in Sindelfingen bei Stuttgart geplant. Aufgrund des offiziellen Charakters und der Unterstützung durch das Kukkiwon werden zahlreiche Teilnehmer aus ganz Europa erwartet.

## Kukkiwon Germany

Als erste offizielle internationale Zweigstelle des Kukkiwon wurde in Deutschland das „Kukkiwon Germany“ eingerichtet. Es ist eine unabhängige Vereinigung, die den Zweck hat alle Kukkiwon-Aktivitäten einschließlich Danprüfungen zu koordinieren und auszurichten.

In Deutschland gibt es deswegen große Probleme mit dem deutschen Taekwondo-Verband, weil dessen Präsident Park Soo Nam auch Leiter der Kukkiwon-Zweigstelle ist und diese außerhalb der DTU errichtet wurde.

Damit fallen in Zukunft alle Danprüfungen in dessen Bereich und sind nicht mehr unter der Kontrolle der DTU. Gegen DTU-Präsident Park wurde bereits ein Abwahlenantrag eingebracht, der von sieben Mitgliedsverbänden der DTU unterstützt wird. Es wird also einen spannenden Herbst für den deutschen Taekwondo Verband geben.