

## Nachrichten

Informationen für Mitglieder und Freunde der MUDOKWAN Sportschule



Liebe  
MUDOKWAN Mitglieder!

Das Jahr 2018 nähert sich dem Ende und es war etwas ganz Besonderes. Unsere Reise mit dem Motorrad über die Seidenstraße in die Mongolei und weiter nach Korea war schwierig aber unvergesslich. Der grandiose Empfang im Kukkiwon und sogar im koreanischen Parlament entschädigte für die Strapazen und war ein würdiger Abschluss der Reise. Für die Daheimgebliebenen wird es in Kürze einen Multimedia-Abend geben und ein Reisebuch mit vielen Fotos.

Zwei Highlights stehen für heuer noch aus: Das Vienna Taekwondo Festival am 17. November und ein sensationelles Poomsae-Seminar mit Großmeister Lee Kyu Hyun und dem Gewinner der Goldmedaille bei den Asian Games 2018, Kang Min Sung eine Woche später.

Ach ja: und dann natürlich unser 40 Jahre-Jubiläum, das wir ebenfalls im November zelebrieren werden. Kaum zu glauben, wie die Zeit vergeht.

Über all das - und noch mehr - könnt ihr in diesem Infoblatt lesen. Ich hoffe aber euch auch regelmäßig beim Training zu sehen.

Euer Schulleiter  
Dr. Norbert Mosch

# 40

## Jahre MUDOKWAN



Die MUDOKWAN Sportschule hat am 1. Mai 1978 den Trainingsbetrieb aufgenommen. Heuer feiern wir also unser 40-jähriges Jubiläum. Hier ein kleiner Rückblick:

Der Vorläufer der MUDOKWAN Sportschule befand sich in der Steudlgasse im zehnten Bezirk in Wien. Hier eröffnete Dr. Mosch gemeinsam mit seinem Studienkollegen Dr. Friedrich Cerepak am 1. Mai 1976 den ersten Taekwondo-Club in Wien, den TANGUN Taekwondo Club. Als Trainer wurde Großmeister LEE Kwang Bae aus Korea nach Wien geholt, der damit Taekwondo im Osten Österreichs und auch in den Nachbarländern bekannt machte.

Zwei Jahre später wurde dann die MUDOKWAN Sportschule in der Seidengasse im siebten Gemeindebezirk Wiens eröffnet. Das Training wurde zuerst von Großmeister LEE Kwang Bae geleitet, später übernahm dann Dr. Mosch den Unterricht und es wurde ein weiterer koreanischer Großmeister nach Wien geholt: KIM Soon Chul, der heute in Chicago/USA lebt.



Für siebzehn Jahre blieb nun die MUDOKWAN Sportschule in der Seidengasse und erfuhr einige Umbauten und Erweiterungen. 1986 eröffnete Dr. Mosch auch das erste Kampfsport-Fachgeschäft in Wien: DRACHEN Kampfsportartikel, das heute nur mehr als Webshop im Internet existiert.

1996 erfolgte schließlich der Umzug in die Kaiserstraße, nicht weit von der alten Sportschule entfernt. Das Projekt war ambitioniert: auf 1200 m<sup>2</sup> gab es vier Trainingshallen, eine Kraftkammer, Umkleieräume mit Sauna, einen großen Aufenthaltsraum und den Verkaufsraum des Fachgeschäftes. Einige Jahre lang war das



MUDOKWAN Center der Nabel der Kampfsportwelt in Wien. Im gleichen Haus betrieb Frau Dr. Mosch-Kang auch ihre Akupunktur-Ordination, die als Teil der Sportschule geführt wurde.

Das MUDOKWAN Center in der Kaiserstraße war die größte Kampfsportschule Österreichs. Insgesamt wurden dort fünfzehn verschiedene Kampfsportarten angeboten, alle mit eigenen hochqualifizierten Trainern. Die größte Trainingsgruppe war natürlich Taekwondo, dann gab es eine große Abteilung VING TSUN Kung Fu und kleinere Gruppen mit Kyokushin-Karate, Capoeira, Nord- und Süd-Shaolin Kung Fu, Wushu, Chen-Stil Tai Chi, Kinder Judo, Ba Gua, Jeet Kune Do, Muay Thai, Qi Gong, Pencak Silat und mehr.

Sieben Jahre lang wurde der Trainingsbetrieb in der Kaiserstraße auf-

recht erhalten, dann zeichnete sich ab, dass das riesige Lokal mit seinen enormen Betriebskosten nicht wirtschaftlich zu führen war. Wäre Dr. Mosch nicht Taekwondo-Meister sondern ausschließlich Geschäftsmann, so hätte man das schon früher merken und die Konsequenzen ziehen müssen. So erfolgte ein weiterer Umzug erst 2003 in die Rechte Bahngasse im dritten Bezirk.

Dort wurden die Räume eines ehemaligen Tischtenniscenters adaptiert und mit 800m<sup>2</sup> war dieses Lokal auch nicht gerade klein. Leider gab es aber andauernde Probleme mit den Anrainern wegen Lärmbelästigung, die



sogar in verschiedene Sabotageakte mündeten und so wurde ein unge störter Trainingsbetrieb bald unmöglich.

Im Jahr 2006 wurde die MUDO-KWAN Sportschule schließlich gänzlich umstrukturiert. Statt fix angemieteter Trainingsräume gab es nur mehr ein Verwaltungsbüro und die Trainingsstunden fanden an verschiedenen Orten in Wien und Umgebung statt, meist in Turnsälen oder Fitnesscentern. Daneben unterhielten wir Filialen in St. Pölten und in Eisenstadt. Dieses Konzept brachte zwar große Einsparungen, aber auch den Verlust einer identitätsstiftenden Zentrale. Es wurde nur mehr ausschließlich Taekwondo unterrichtet, die verschiedenen anderen Trainingsgruppen hatten sich entweder aufgelöst oder eigene Trainingsstätten bezogen.

Seit 1. Mai 2015 hat die MUDOKWAN Sportschule wieder eine Heimstätte:

Den MUDOKWAN Masters Club in Hietzing. Hier fanden wir die perfekten Bedingungen für unsere Trainingsstunden und die vielen Mitglieder aus der Umgebung zeigen dass wir gut angenommen werden. Hier werden wir auch unser

## 40-jähriges Jubiläum

feiern, und zwar am

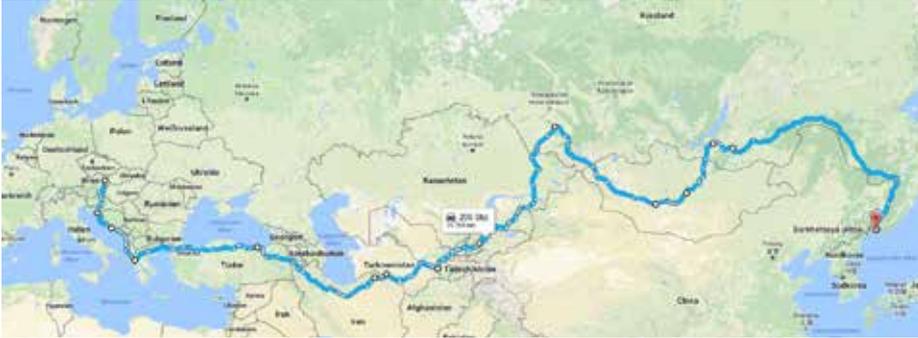
**Sonntag, 18. November 2018  
um 18.00 Uhr**

Es wird eine kleine Feier mit koreanischem Buffet geben und wir erwarten Mitglieder und Weggenossen aus vierzig Jahren MUDOKWAN-Geschichte.

Wer also kommen möchte ist herzlich eingeladen!



## Silkroad 66 - Mit dem Motorrad nach Korea



Jetzt ist sie Geschichte, unsere Reise mit dem Motorrad über die Seidenstraße in die Mongolei und weiter nach Korea. Dreieinhalb Monate waren wir unterwegs und es war nicht immer einfach.

Die ursprüngliche Route, die man oben sieht wurde etwas abgeändert, statt durch Sibirien nach Vladivostok sind wir doch von Ulan Bataar durch die Wüste Gobi und dann durch China nach Tianjin gefahren. Von dort ging es dann per Flugzeug bzw. Frachtschiff nach Korea.

Unterwegs hatten wir keine größeren Probleme, wenn man von einer Reifenpanne in der turkmenischen Steppe und selbstverschuldeten motorischen Schwierigkeiten (zuviel Öl eingefüllt) absieht. Mit Hilfe von freundlichen Turkmenen und einem iranischen Fernfahrer konnte aber alles bewältigt werden. Unsere BMW erwies sich als äußerst zuverlässig und ist das ideale Motorrad für lange Abenteuerreisen.

Der Pamir Highway an der Grenze zu Afghanistan war eine Herausfor-

derung, schließlich geht es dort über mehrere Pässe, die bis zu 4650 Meter hoch sind und die Straßen sind auch nicht so wie man es hier gewohnt ist.

Die Mongolei hingegen erwies sich für uns teilweise als unfahrbar. Die Landschaft ist grandios, aber wüste Schotterpisten über Berge und durch Bäche sowie besonders Passagen durch tiefen Sand waren für unsere



schwere BMW mit zwei Personen und viel Gepäck nicht zu bewältigen. Nach drei Tagen Schufferei und mehreren Stürzen, die zum Glück glimpflich verliefen, mussten wir die restlichen tausendzweihundert Kilometer nach Ulan Bataar mit dem Flugzeug und dem LKW zurücklegen. Dann ging es noch siebenhundert Kilometer auf einer besseren Straße durch die Wüste Gobi und nach China, bevor wir nach Korea übersetzten.

## Silkroad 66 - Mit dem Motorrad nach Korea

### Das Buch



Ca. 140 Seiten  
Format A4 Landscape  
ISBN 978-3-200-05965-8  
Preis: € 25.-  
Erhältlich ab Mitte Oktober 2018

Das Reisebuch mit vielen Fotos und der genauen Beschreibung unserer Abenteuer kommt Mitte Oktober heraus.

Bestellungen unter:

[office@mudokwan.at](mailto:office@mudokwan.at)

oder persönlich im MUDOKWAN Center in Hietzing.

### Der Vortrag



Multimedia-Vortrag (Fotos, Video, Musik) und Hintergrund-Infos über unsere Reise mit dem Motorrad von Wien über die Seidenstraße in die Mongolei und weiter nach Korea.

Wer nicht live dabei war kann jetzt zumindest virtuell dabei sein.

**Freitag, 9. November 2018  
Beginn: 16,00h**

MUDOKWAN  
1130, Hietzinger Kai 185

Eintritt frei!



Dort gab es dann den großen Bahnhof im Kukkiwon und im Parlament. Wir gaben Interviews im TV und im KBS Radio und hatten auch Zeit ein Wochenende an der Ostmeerküste zu verbringen. Die zwei Wochen Erholung hatten wir aber auch bitter nötig.

Am 14. Juli flogen wir dann zurück nach Wien, unser Motorrad kam per Frachtschiff Ende September an.

Unser Reiseblog ist nach wie vor im Internet abrufbar:

[www.mudokwan.at/silkroad66](http://www.mudokwan.at/silkroad66)

## Poomsae Seminar mit GM Lee Kyu Hyun



2016 stellte das Kukkiwon einen neuen Satz Poomsae in Korea vor. Zehn neue Formen sollten einerseits die Taekwondo-Techniken besser abbilden und andererseits auf verschiedene Alterskategorien abgestimmt sein.

번호	품새이름	품새표현	대상연령	수행시간	품새 적용의 의의
01	필라리 (Pillari)		18세 이상	약 105초	역대의 품새 이상을 통틀어 가장 공백적인 형식의 품새를 통해 실용적 가치성을 확보하는 보급을 도모한다.
02	파랑 (Parang)		18세 이상	약 95초	고급 태권도인들의 지극한 열정을 담은 품새는 마음을 통해 새로운 세계를 열어준다.
03	사공 (Sagong)		13~15세	약 90초	명아줄에 걸리는 명치형 태권도인으로서 영웅적인 용기 또한 부합한 노력으로 감동한다.
04	나르시 (Narsy)		13~15세	약 80~90초	나르시는 '날'의 의미로 한 발짝 앞장서서 태권도의 역동성을 잘 표현한다.
05	노라기 (Noragi)		13~15세	약 80초	노라는 '달'을 뜻하며 태권도의 특성과 역사성에 깊은 의의이다.
06	다울림 (Daulim)		15~20세	약 80초	꼭 가지 의사의 용기 세로 할 표현한다는 용어로 태권도를 통해 태권도와 역동성을 추구한다.
07	세라지 (Seraji)		13~15세	약 90초	세라는 '세'를 뜻하며 품의 수련을 통해 태권도, 실용을 도모한다는 의미이다.
08	만물 (Manmul)		10~10세	약 70초	백두대간에 유래 한 금강산의 자연을 응시하여도 할기호를 상징하는 품새가 훌륭한 태권도인 상을 상징한다.
09	나리 (Nari)		15~20세	약 100초	향배는 '달'에 한 봉지는 '한'을 뜻하여 역의 기운을 동시에 구사하는 태권도 품새의 기운을 상징한다.
10	준노기 (Junnogi)		10~10세	약 100초	'은 세상' '은 세상'을 의미하며 달과 같은 세상을 새롭게 한다는 품새의 정신을 추구한다.

Seitdem wurden sie mehrmals bei verschiedenen Anlässen präsentiert. Außerhalb Koreas wurden die neuen Poomsae aber bisher noch nicht offiziell unterrichtet. Dieser Lehrgang ist daher der erste Möglichkeit, in Europa einige der neuen Kukkiwon Poomsae live zu sehen und zu erlernen.

Gemeinsam mit GM Lee Kyu Hyun wird Kang Min Sung, der Gewinner der Poomsae Goldmedaille bei den Asian Games 2018, ebenfalls nach Wien kommen und beim Seminar durchführen und unterrichten.



Organisator des Seminars ist die Kukkiwon Masters Association Austria.

Großmeister Lee Kyu Hyun hat in seiner langen Karriere als Taekwondo Großmeister und Trainer viele Marksteine gesetzt. Unter anderem war er offizieller Demonstrator für die DVD-Videos der WT Standard Poomsae, Vorsitzender des Education Committee des Kukkiwon, Vorsitzender des Training Subcommittee des Kukkiwon und Leiter des Kukkiwon Demonstration Team.

In seiner sportlichen Laufbahn war er der erste Poomsae Champion des Hanmadang und Goldmedaillengewinner bei den WT Poomsae Weltmeisterschaften 2014. Es ist nicht übertrieben, ihn als lebende Taekwondo-Legende zu bezeichnen.

Wir sind daher sehr stolz, dass er unsere Einladung angenommen hat, nach Wien zu kommen und hier die neuen Kukkiwon Poomsae zu unterrichten.

## Das Seminar

**KUKKIWON**  
Masters Association Austria

präsentiert:

## KUKKIWON POOMSAE SEMINAR

mit GM LEE Kyu Hyun

**Sa. 24. und So. 25. Nov. 2018**

**Ort:** GRG 15 in 1150 Wien,  
Auf der Schmelz 4

**Zeit:** jeweils 09.00 – 17.00  
(2 Stunden Mittagspause)

**Teilnahmegebühr: € 120.-**  
bei Anmeldung bis zum 15. Okt.: € 95.-)

**Teilnehmer:** ab 1. Kup

**Programm:**

Poomsae **Nareusya** (WT: Bigak 3)  
für Altersgruppe 18 - 30

Poomsae **Bigak** (WT: Bigak 2)  
für Altersgruppe 18 – 30

Poomsae **Onnuri**  
für Altersgruppe 50 – 60

Das Training erfolgt in zwei Gruppen  
in verschiedenen Hallen.

**Gruppe 1:** Bigak und Nareusya  
**Gruppe 2:** Onnuri

**Anmeldung**

- online auf [www.kmaa.at](http://www.kmaa.at)
- per Email:  
[office@mudokwan.at](mailto:office@mudokwan.at)
- persönlich beim Training

Die Veranstaltung wird vom Wiener Taekwondo Verband und vom Österreichischen Taekwondo Verband unterstützt.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, der Veranstalter bzw. Organisator übernimmt keine Haftung.

Zutritt zu den Trainingshallen haben nur angemeldete Teilnehmer.

## Vienna Taekwondo Festival 2018



Das diesjährige Vienna Taekwondo Festival wartet mit einigen Änderungen auf. Erstmals findet es in Kooperation mit dem Wiener Taekwondo Verband statt. Das heißt: am gleichen Tag mit den Wiener Taekwondo Landesmeisterschaften in der gleichen Halle.

Die Sporthalle Brigittenau ist dafür groß genug, es wird zwei Wettkampfflächen für die Landesmeisterschaft und eine große Wettkampffläche mit zusätzlich Platz für die Bruchtestwettbewerbe für das Vienna Taekwondo Festival geben.

Wie immer wird das volle Programm des Hanmadang-Festivals in Korea angeboten:

Standard- und freie Poomsae, Bruchtestwettbewerbe (Hoch- und Weitsprung sowie Kraftbruchtests für Hand und Fuß), Team Demo, Paar- und Gruppenformen und Taekwondo Aerobic. Es gibt eine eigene Eltern/

Kinder-Kategorie für Poomsae und Spezial-Bruchtests auf elektronische Soft-Targets für Kinder. Der beliebte Kinder-Kick-Wettbewerb auf den elektronischen Sandsack ist auch wieder dabei.

Das Vienna Taekwondo Festival schlägt eine Brücke zwischen Sport und koreanischer Kultur. Gleichzeitig steht die Freude am Ausüben von Taekwondo mit Gleichgesinnten im Vordergrund.

Bei den Teilnehmergruppen wurde auch eine Änderung vorgenommen: Die grundlegende Unterteilung erfolgt heuer in „Advanced“ (Gruppe A - vom 10. bis einschließlich 7. Kup) und „Beginner“ (Gruppe B - ab dem 6. Kup einschließlich Danggrade). Dazu wird wie gewohnt je nach Bewerb in mehrere Alterskategorien unterteilt. Wir erwarten uns davon eine Senkung der Hemmschwelle für Anfänger und eine Belebung der Wettbewerbe bei den Fortgeschrittenen.

Ein Highlight wird außerdem wiederum unsere Eröffnungsfeier sein, bei der es verschiedene Vorführungen aus dem Bereich der Kampfkünste und der koreanischen Kultur geben wird. Die heurigen Highlight sind:

- Das **JUJAK Taekwondo Demo-team** aus Deutschland
- **Großmeister LEE Kyu Hyun** und der Poomsae Goldmedaillengewinner der Asian Games 2018, **KANG Min Sung**
- Das **KHSE Team** aus Ungarn mit einer Taekwondo-Show
- Eine **Haidong Gumdo-Vor-**

**führung** der Haidong Gumdo-Gruppe Wien

- Drei **K-Pop-Dance Gruppen** präsentieren ihre Tanzchoreographie
- **Samulnori** und **koreanische Trommelmusik**
- Unsere **MUDOKWAN Kindergruppe** wird ebenfalls bei der Eröffnungsfeier eine kleine Vorführung machen.

Die Veranstaltung steht unter dem Ehrenschutz der Koreanischen Botschaft in Wien und wird von mehreren Firmen und Organisationen unterstützt.

Wer bei den Wettbewerben mitmachen möchte:

- **Online Anmeldung** unter [www.mudokwan.at/vtf](http://www.mudokwan.at/vtf)
- **persönlich** beim Training

### Trainingszeiten Kindertraining

Ab Oktober haben sich die Trainingszeiten für Kinder-Taekwondo leicht verändert. Der Montag ist gleich geblieben, am Freitag beginnt das Training jetzt um 15 Minuten später.

Die aktuellen Trainingszeiten in Hietzing für Kinder:

**Montag: 17.30 - 18.30**  
**Freitag: 14.30 - 15.30**

Da wir nach der Sommerpause viele Neuanmeldungen bei den Kindern bekommen haben können die Fortgeschrittenen auch am Dienstag bei den Erwachsenen mittrainieren. Dort wird hauptsächlich Technik und Poomsae geübt.

### IMPRESSUM

Eigentümer und Herausgeber:  
MUDOKWAN-Sportschule  
Für den Inhalt verantwortlich:  
Dr. Norbert Mosch  
Redaktionsanschrift:  
1130 Wien, Hietzinger Kai 185  
Tel.: 767 63 84  
Email: [office@mudokwan.at](mailto:office@mudokwan.at)



## Hanmadang 2019



Das erste Hanmadang Festival fand 1992 in Korea statt. Im Gegensatz zu den „normalen“ Taekwondo-Wettkämpfen geht es beim Hanmadang in erster Linie darum, gemeinsam die verschiedenen Disziplinen des Taekwondo auszuüben und die koreanische Kampfkunst und Kultur zu präsentieren und zu verbreiten.

Deshalb gibt es beim Hanmadang Festival auch besondere Wettbewerbskategorien, die man sonst bei keiner Meisterschaft findet. Der olympische Gedanke der Teilnahme ist wichtiger als das Gewinnen, obwohl es natürlich auch jede Menge Medaillen und Pokale gibt. Besonders für Breitensportler, aber auch für Kinder und ihre Eltern, die gemeinsam Taekwondo betreiben bietet das Festival eine Bühne für ihren Auftritt.

Im Sinne eines koreanischen Festivals werden auch verschiedene kulturelle Aspekte präsentiert. Das Hanmadang ist also eine tolle Gelegenheit, Korea kennen zu lernen.

Die Vorführungen und Wettbewerbe sind Weltklasse und im Umfeld der Halle werden nach Art einer Freiluftausstellung lokale Spezialitäten oder kampfsportbezogene Artikel angeboten. Darüber hinaus kann man organisierte Sightseeing-Touren in die Umgebung machen oder z.B. seinen Namen in alter Kalligraphie schreiben lassen.

In den letzten Jahren nahmen jeweils etwa fünftausend Aktive beim Hanmadang Festival teil. Auch wir sind schon mehrmals mit einer Gruppe Sportler dabei gewesen und es waren jedes Mal unvergessliche Eindrücke, die wir nach Hause mitgenommen haben.

2019 soll es wieder soweit sein. Wir werden wieder eine Gruppenreise nach Korea zum Hanmadang Festival organisieren und in diesem Rahmen auch ein entsprechendes Sightseeing-Programm anbieten. Fixer Bestandteil der Reise ist ein Besuch im Kukkiwon in Seoul, der Weltzentrale des Taekwondo. Ebenfalls geplant sind ein Aufenthalt in Busan bei unseren koreanischen Partnerschulen und eine kleine Korea-Rundreise zu den bekanntesten Sehenswürdigkeiten.

Üblicherweise findet das Hanmadang im August statt, Termin und Ort für 2019 stehen aber noch nicht fest. Die Reise wird etwa zwei Wochen dauern, je nachdem welche Gegenden wir besuchen wollen. Abhängig von den Preisen für Flugtickets ist mit Gesamtkosten von etwa € 2.800- pro Person zu rechnen. Darin enthalten sind alle Transport- und Aufenthaltskosten in Korea (ohne Verpflegung), sowie die Teilnahmegebühren für das Festival.

Wer sich mit dem Gedanken trägt, mitzufahren sollte frühzeitig mit Dr. Mosch Kontakt aufnehmen.

## Weihnachtsfeier 2018



Noch ist es Zeit, aber die Tage vergehen. Deshalb schon jetzt die Einladung:

**Mittwoch, 19. Dezember 2018**  
**18.00h**  
**Restaurant YOO**  
**1070, Stumpergasse 27**

Anmeldung nötig wegen Vorbestellung des Essens. Eine Liste wird in der Schule aufgelegt.

## Trainingspause 2018

Unsere diesjährige Trainingspause liegt wie gewohnt zwischen Weihnachten und Neujahr. Der letzte Trainingstag ist Freitag, der 21. Dezember 2018 und der erste Trainingstag im Neuen Jahr ist Montag, der 7. Jänner 2019.

**22.12.2018 - 6.1.2019**

Während dieser Zeit ist die MUDOKWAN Schule geschlossen. Am Tag unserer Weihnachtsfeier (Mittwoch, 19. Dezember 2018) findet ebenfalls kein Training statt.

## Kup- und Danprüfungen

Kup- und Danprüfungen sind integraler Bestandteil des Taekwondo. Kup- (Schüler-) grade werden in zehn Stufen eingeteilt, Dan- (Meister-) grade ebenfalls.

Wer mit dem Taekwondotraining beginnt erhält den 10. Kup. Nach der ersten Prüfung bekommt er den 9. Kup, es wird also heruntergezählt bis zum 1. Kup, der eine Stufe vor der Meisterprüfung (Danprüfung) ist. Danach geht es aufwärts vom 1. bis zum (theoretisch) 10. Dan. Der 10. Dan wird nicht geprüft sondern nur posthum an entsprechend verdienstvolle Personen verliehen.

Zwischen den Kup- und Dan-Prüfungen muss eine bestimmte Zeitspanne des Trainings liegen bevor man zur nächsten Prüfung antreten kann. Diese Zeit verlängert sich von wenigen Monaten bei den Anfängern bis zu mehreren Jahren bei hohen Danprüfungen. Die Zeitspanne vom Anfänger bis zum 1. Dan beträgt mindestens drei bis dreieinhalb Jahre.

Kup-Prüfungen sind Sache des Vereins oder der Schule, alle Danprüfungen werden zentral im Kukkiwon in Korea registriert. Von dort kommen auch die offiziellen Danurkunden.

Ob jemand an Prüfungen teilnimmt entscheidet man selbst. Für den Weg des Taekwondo, der ein Leben lang andauert, sind sie aber Meilensteine am Wegesrand, die man nicht ignorieren sollte.