

Nachrichten

Informationen für Mitglieder und Freunde der MUDOKWAN Sportschule



Liebe MUDOKWAN Mitglieder!

Alles ist gut gegangen - nichts ist geschehen! Der 23. Jänner 2012 war ein Tag wie jeder andere, nur dass ich an diesem Tag 60 Jahre alt geworden bin. Eigentlich habe ich nicht viel gespürt, ich war gerade auf der Heimfahrt von einem Kur-aufenthalt in Warmbad Villach - meinem ersten überhaupt.

Seitdem bin ich jeden Tag besser drauf, schön langsam klappen auch die Dollyochagis wieder und die Wirbelsäule klappert immer weniger, sondern biegt sich wunschgemäß in alle Richtungen. Scheint als ob ich euch noch einige Zeit im Dojang erhalten bliebe.

Von einem anderen langjährigen Ehrenposten habe ich mich verabschiedet. Wie schon länger angekündigt, habe ich mich im Juni als Präsident des Wiener Taekwondo Verbandes zurückgezogen. Mehr als dreißig Jahre WTDV-Präsident sind genug, im neuen Team sind Fred Namini als Präsident, Salma Michor als GS und Michael Willax als GS-Stellvertreter - also sind wir weiterhin gut vertreten.

Ganz konnte ich mich doch nicht verabschieden, ich bin nun auch in Wien Ehrenpräsident. Was sich sonst noch so tut lest ihr auf den folgenden Seiten.

Euer Schulleiter
Dr. Norbert Mosch

Sommercamp St. Martin 2012



Wieder ist es soweit. Unser diesjähriges Sommertrainingslager findet vom

29. Juni bis 1. Juli 2012

in St. Martin im Burgenland statt. Neben intensivem Taekwondo-Training gibt es auch heuer wieder einen Grillabend. Freizeitmöglichkeiten bietet das Freibad neben dem Campingplatz.

Trainingsbeitrag: € 120.-

Anmeldungen bitte umgehend: office@mudokwan.at

Rückblick Keimyung Demoteam



Ein voller Erfolg war die Reise des Keimyung Taekwondo Demoteams unter der Leitung von Großmeister Lee Kyu hyung nach Österreich und

Kroatien. Zehn Tage lang gab es jVorführungen und Seminare, die durchgehend ausgezeichnet besucht waren.

Der Höhepunkt in Wien war gleich nach der Ankunft: Großmeister Lee Kyu Hyung überreichte eine Ehrenurkunde zum 9. Dan an Bundespräsident Dr. Heinz Fischer bei der Eröffnung des Korea Kulturhauses im Donaupark.



Bundespräsident Dr. Fischer war von der Vorführung so begeistert, dass er sogar trotz strömendem Regen länger als geplant blieb und anschließend jedem Teammitglied persönlich gratulierte.

Mit mehr als tausend Zuschauern bildete die Fighters World Supershow im Wiener Budocenter das Highlight des Jahres im Wiener Kampfsportgeschehen. Das Keimyung-Team war der Hauptact und erhielt tosenden Applaus von den Zuschauern.

Vorfürhungen in Güssing, in der American International School in Wien und im Hakoah Sportzentrum gemeinsam mit Wushu-Sportlern aus Österreich und Tschechien rundeten das Programm ab.

Großmeister Lee Kyu Hyung hielt ein mit über siebzig Teilnehmern sehr gut besuchtes Technikseminar ab und zwei Tage lang ging die Fahrt nach Karlovac in Kroatien. 4000 Zuschauer in der Halle bildeten eine spektakuläre Kulisse für die dortige Vorführung, vom koreanischen Botschafter in Kroatien bis zur Bürgermeisterin von Karlovac war auch Prominenz anwesend.



Auch in Wien wurden Großmeister Lee Kyu Hyung und das Team von der koreanischen Botschaft geehrt. Es gab einen Empfang in der Botschaft, wo Ehrenurkunden überreicht wurden und S.E. der Botschafter eine Ansprache hielt.

Die Planung dieses Besuchs war nicht einfach, aber das Ergebnis war für alle Seiten sehr zufriedenstellend. Besonderer Dank gebührt unseren Helfern, die sich um das Team während des Aufenthaltes

in Wien bemüht haben: Fred Ebrahimpour-Namini für den tadellosen Transportdienst, Yang Jinmo und Tipi



Krawutschke für die Betreuung während der Sightseeing-Touren durch Wien, die Fotosessions und natürlich die ausgezeichneten Schoko-Spezialitäten und Eunsong Choi für Übersetzerdienste und ebenfalls Sightseeing-Betreuung.

Bei unserer nächsten Koreareise werden wir daher Großmeister Lee Kyu Hyung in der Keimyung Universität in Daegu einen Besuch abstatten.

Dr. Mosch gibt WTDV-Vorsitz ab

Nach 32 Jahren als Präsident des Wiener Taekwondo Verbandes war es an der Zeit, einen Wechsel durchzuführen. Wie schon seit längerem angekündigt, trat WTDV-Präsident Dr. Mosch bei der diesjährigen Wahl des Verbandsvorstandes nicht mehr an.

Langzeit-Verbandskassier Peter Zaruba suchte ebenfalls einen Nachfolger und so wurde nach einigen Beratungen ein völlig neuer Vorstand für den Wiener Taekwondo Verband gewählt:



Präsident: Fred Ebrahimpour-Namini
 Vizepräsident: Mag. Robert Kolerus
 Gen.Sekr.: DI Dr. Salma Michor
 Gen.Sekr. Stvtr.: Michael Willax
 Kassier: Mohammed Hunnar
 Kassier Stvtr.: Agnes Engleder.

Damit die MUDOKWAN-Sportschule nicht ganz im Verband vergessen wird, dafür garantieren drei unserer Mitglieder:

Fred und Salma waren lange Jahre MUDOKWAN-Trainer, Michael ist immer noch bei uns als Trainer aktiv.

Als erste Aufgabe des neuen Vorstandes wurden Dr. Mosch und Peter Zaruba als Ehrenpräsidenten des Wiener Taekwondo Verbandes ernannt. Somit ist Dr. Mosch nun doppelter Ehrenpräsident: im Österreichischen und im Wiener Taekwondo Verband.

Für die MUDOKWAN-Schüler bedeutet dieser Schritt, dass sich Dr. Mosch in Zukunft noch intensiver um sie kümmern kann. Die Aktivitäten rund um die MUDOKWAN Sportschule werden sich deutlich erhöhen und das Betätigungsfeld wird ausgeweitet. Ein paar neue Dinge kann man ja schon auf diesen Seiten lesen.

Kooperation mit NLP-Akademie

NLP - Neuro-Linguistisches Programmieren - ist in aller Munde. Ob Politiker oder Sportler, ob Wirtschaftsboss oder Student - in jedem Bereich findet man Menschen, die NLP anwenden oder zumindest schon einmal ein NLP-Seminar mitgemacht haben.

Worum geht's dabei? Ein Erklärungsansatz ist: •NLP ist das Studium menschlicher Höchstleistungen, die Erkundung, welche Prozesse dabei bewußt und unbewußt ablaufen. NLP ist eine Sammlung von Fähigkeiten, Einstellungen und konkreten Techniken, die aus dem Studium menschlicher Höchstleistungen entwickelt wurden. Mit ihrer Hilfe kann jede Person lernen, ihre Lebensqualität zu verbessern.“

Man kann die NLP-Techniken also dazu verwenden, bewusster und erfolgreicher miteinander zu kommunizieren. Dabei handelt es sich um die Bereiche

•Neuro – das neurologische System, wie unsere Sinnes-Eindrücke in Vorstellungen und Gedanken, bewußt und unbewußt, umgesetzt werden.

•Linguistisch – die Sprache, wie wir Sprache gebrauchen und mit uns (innerlich) und mit anderen (äußerlich) kommunizieren.

•Programmieren – die Muster, die Prozesse, die Strukturen, welche inneren und äußeren Prozesse wir anwenden und wie wir sie erkennen und gezielt verändern können.

Insgesamt also eine Sammlung von Fertigkeiten, um Kontrolle über die eigenen mentalen Vorgänge zu gewinnen. Und damit sind wir gar nicht so weit entfernt vom Kampfsport.

So wie traditioneller Kampfsport Körper und Geist gleichzeitig stärkt und freier und leichter werden lässt, ist auch NLP ein sehr lebensnahes Instrument, um Ressourcen, die bereits in einem stecken zu aktivieren.

Dabei geht es nicht um leere Versprechungen, sondern praxisnahe Tools, die wissenschaftlich überprüft sind und auch tatsächlich funktionie-

ren - maximaler Erfolg und maximale Lebensqualität in allen Lebensbereichen.

Diese Techniken erlernt man in Seminaren und Kursen, die regelmäßig von der NLP-Akademie in Wien angeboten werden. Ab sofort gibt es dafür eine Kooperation mit der MUDOKWAN Sportschule.

Wer einfach mal selber kurz reinschauen will, worum es dabei eigentlich geht, der kann das neue Buch von Rene Otto Knor lesen:

**„JA, ich bin mir sicher:
So coachen Sie sich
zu Glück & Erfolg“**

Es ist zur Hälfte ein Roman und zur Hälfte ein Coaching-Ratgeber. Das erste Kapitel kann hier als Gratis-Download gelesen werden:

http://www.nlpakademie.at/Ja_ich_bin_mir_sicher.php

Der Leser begleitet David, einen Mann mit beruflichen und privaten Herausforderungen, auf dem Weg von Orientierungslosigkeit, Angst und Unzufriedenheit zu beruflichem Erfolg, privatem Lebensglück und einem wahrhaftigen „JA!“

Durch den Bezug zur Praxis wird man sich selbst oder seine Bekannten, Freunde, Familie, in der einen oder anderen Situation wiedererkennen. Und das Beste: Durch die Erklärungen und Lösungsvorschläge eines neutralen Mentors kann man sofort die ersten Schritte zur Veränderung und Optimierung setzen.

Und wer sich nach der Lektüre des Buches entschließt, vielleicht ein Einsteigerseminar zu besuchen, der bekommt zu bestimmten Terminen durch uns Sonderkonditionen.



Danprüfungen

Wer am Mittwoch zur Trainingsstunde in die Mittelgasse kommt bemerkt es sofort: es wimmelt von Schwarzgurten!

Im Laufe der Jahre hat eine schöne Anzahl von Mitgliedern den Meistergrad im Taekwondo erreicht. Und nicht nur das: sie kommen auch weiterhin zum Training und bereiten sich auf weitere Stufen auf der Schwarzgurtskala vor.

Das freut den Trainer, denn das bedeutet, nicht nur immer wieder stur die Anfängertechniken zu unterrichten sondern ein auf das jeweilige Niveau der Trainierenden abgestimmtes Programm zu erstellen und durchzuführen.

Selbstverständlich wird es auch immer wieder Einheiten geben, bei denen die Grundtechniken geübt und wiederholt werden, aber generell ist das Mittwochstraining eher nach dem hohen Niveau der Danträger ausgerichtet.

In letzter Zeit hat es daher immer wieder Danprüfungen gegeben, bei denen nicht nur unsere Mitglieder hohes technisches Können bewiesen, sondern wo auch Gäste aus anderen Vereinen teilnahmen.

Die letzten MUDOKWAN-Mitglieder, welche eine Danprüfung erfolgreich ablegten waren:

Thomas Edlinger: 3. Dan
Erez Shitrit: 2. Dan
Kreshnik Gashi, 1. Dan

Auf dem Startplatz für die nächste Danprüfung sind:

Martin Beranek: 6. Dan
Christian Lehninger: 6. Dan
DI Dr. Salma Michor: 5. Dan
Martin Glöcklhofer: 2. Dan

...und noch einige weitere, die sich hoffentlich bald überwinden werden.

Nicht vergessen: es gibt eine eigene Trainingsstunde nur für Danträger und Rotgurte, die sich auf die Danprüfung vorbereiten: jeden Donnerstag von 19.30 bis 20.30 in der Meiselstraße (bitte unbedingt vorher anmelden).

Jetzt anmelden: Reise China / Nordkorea / Südkorea



2013 nach China, zum Arirang-Festival nach Pyöngjang und quer durch Südkorea!

Das war noch nie da: normalerweise führen uns unsere Trainingsreisen nach Südkorea, wo wir exzellente Verbindungen haben und Land und Leute sehr gut kennen. In der Vergangenheit waren wir auch in China, wo wir verschiedene Städte und berühmte Sehenswürdigkeiten besuchten.

Im Sommer 2013 planen wir aber eine einmalige Reise: China, Nordkorea und Südkorea! Drei Länder und drei Welten im Fokus des Kampfsports.

Eine Reise zu organisieren, die sowohl nach Nordkorea als auch nach Südkorea führt - mit einigen Tagen Aufenthalt in China - ist nicht ganz einfach, aber ein ganz besonderes Erlebnis.

China

China ist die Wiege des Kampfsports. Großmeister Chen Shihong hat uns auf vergangenen Reisen die Türen in den weltberühmten Shaolin-Tempel geöffnet und wir konnten gemeinsam mit den Mönchen im Tempel Taekwondo vorführen. Seitdem kommt es auch immer wieder zum Austausch von Meistern und Schülern in Österreich und in China.

Unsere Reise 2013 werden wir in China beginnen und einige Tage mit Sightseeing in Beijing verbringen.

Nordkorea

Nordkorea ist ein besonderes Land. Die Teilung nach dem Koreakrieg führte zu unsäglichem Leid in der Bevölkerung und bis heute existiert eine Grenze zwischen Nord- und Südkorea, die zu den gefährlichsten Orten der Welt zählt.

Unzählige tragische Zwischenfälle haben zwischen den beiden verfeindeten Bruderstaaten stattgefunden und ihren Weg in die Medien der Welt gefunden. Nordkorea ist eines der letzten wirklich kommunistisch geführten Länder mit einem für uns

bizarren Führerkult. Dieses Land zu besuchen und mit eigenen Augen zu sehen, wie man dort lebt ist sicher unvergesslich.

Wir wollen das Arirang Festival in Pyongyang besuchen, eine imposante Show mit tausenden Akteuren, die in ungewöhnlich bunten Massenauftritten die Errungenschaften ihres Staates darstellen. Dieses Festival findet jedes Jahr in Pyongyang statt und ist der Höhepunkt vieler Gruppenreisen nach Nordkorea.

Des Weiteren versuchen wir, eine Vorführung des nordkoreanischen Taekwondo zu sehen und möglicherweise Trainingsstätten zu besichtigen. Das übliche staatliche Besuchsprogramm (Museen etc.) rundet den Aufenthalt ab.

Südkorea

In Südkorea besuchen wir die Hauptstadt Seoul, wo wir natürlich dem Kukkiwon, der Weltzentrale des Taekwondo einen Ehrenbesuch abstatten. Danach organisieren wir eine kleine Rundfahrt durch das Land.

Geplante Aufenthalte sind in Jeonju, der Heimatstadt unseres ehemaligen MUDOKWAN-Trainers Meister Jeong, in Muju, dem Standort des neuen Taekwondo-Parks, in Daegu, wo wir Großmeister Lee Kyu Hyung in der Keimyung-Universität besuchen und in Gyeongju, der alten Kaiserstadt mit vielen Sehenswürdigkeiten.

Reisedaten

Die Gesamtdauer der Reise wird 16 Tage betragen. Der geplante Reisezeitraum ist vom 15. bis 31. August 2013.

Im Detail:

15. August: Abreise Wien - Beijing
16. - 19. August: Beijing
19. - 23. August: Pyongyang
23. - 31. August: Südkorea
31. August: Rückflug nach Wien

Anmeldung

Die Organisation der Reise ist diesmal wegen des Abstechers nach Nordkorea sehr kompliziert. Die Anmeldung zur Teilnahme muss daher möglichst frühzeitig erfolgen. Außerdem ist zu beachten, dass der genaue Ablauf des Besuchsprogrammes in Nordkorea nicht garantiert ist und von den zuständigen Stellen abhängt. Das Visum für Nordkorea benötigt ebenfalls eine gewisse Vorlaufzeit.

Aus diesen Gründen ist es erforderlich, eine verbindliche Voranmeldung möglichst bald vorzunehmen.

Kosten

Die voraussichtlichen Gesamtkosten für diese Reise werden ungefähr € 4.700.- betragen (inklusive aller Flug- und Transportkosten sowie der Unterbringung). Sie sind stark abhängig von der Entwicklung der Flugpreise und vom Zeitpunkt der Bestellung der Flugtickets.

Die Reisekosten sind in den folgenden Teilbeträgen einzuzahlen:

1. Teilbetrag bei der Anmeldung: € 800.-
2. Teilbetrag bis spätestens 28. September 2012: € 1.000.-
3. Teilbetrag bis spätestens 31. Dezember 2012: € 1.000.-
4. Teilbetrag bis spätestens 31. März 2013: € 1.000.-
5. Restbetrag bis spätestens 30. Juni 2013: € 900.-

Stornobedingungen

Der Rücktritt von der Reise ist bis zum 30. Juni 2013 unter der Bedingung möglich, dass die bereits aufgelaufenen Kosten (Hotel- und Flugreservierungen) ersetzt werden. Danach erfolgt keine Refundierung der bereits bezahlten Anzahlungen, es kann aber eine Ersatzperson angemeldet werden.

Anmeldungen: office@mudokwan.at

MUDOKWAN und KUKKIWON

Bekannterweise ist die MUDOKWAN Sportschule durch das KOMS-System direkt mit dem Kukkiwon verbunden. Wir erhalten daher auch immer wieder Einladungen und Informationen über die Aktivitäten und Veranstaltungen des Kukkiwon.

Für den Sommer 2012 sind uns die folgenden Einladungen zugegangen:

Hanmadang 2012



Das diesjährige Hanmadang-Festival findet vom 28.-31. August im Kukkiwon statt. Für die Teilnahme gibt es 9 Kategorien und 37 Divisionen, die Mindestgraduierung ist der 1. Dan.

Beim Hanmadang Festival treffen sich jedes Jahr tausende Taekwondo-Aktive zum Wettkampf im Bruchtest, Poomsae und Kyorugi, wobei es weniger um Medaillen als um das gemeinsame Erleben von Taekwondo geht.

Als Rahmenprogramm gibt es immer wieder kulturelle Angebote, sodass auch die mitreisende Familie auf ihre Kosten kommt, sofern sie nicht auch Taekwondo betreibt.

Foreign Instructor Training Course



Der 25. Foreign Instructor Training Course für nichtkoreanische Taekwondo-Trainer findet vom 30. Juli bis zum 4. August ebenfalls im Kukkiwon statt.

In fünf Tagen und 40 Stunden erhält man eine fundierte Ausbildung in Taekwondo Theorie und Praxis und bekommt bei positivem Abschluß ein offizielles Trainerdiplom.

Der Foreign Instructor Trainer Course ist wirklich zu empfehlen. Es unterrichten höchstrangige Trainer und Instrukoren und man ist Teil einer internationalen Gemeinschaft von Taekwondo-Trainern, die alle das gleiche Ziel verfolgen: mehr zu lernen und besser im Taekwondo zu werden.

Die Mindestgraduierung für die Teilnahme am Foreign Instructor Course ist der 4. Dan.

World Taekwondo Leaders Forum



Vom 1. bis 4. September 2012 wird das World Taekwondo Leaders Forum veranstaltet. Aus aller Welt trifft sich die Elite des Taekwondo im Grand Hilton Hotel in Seoul, um über die Weiterentwicklung des Taekwondo, Poomsae und Kyorugi zu diskutieren.

Das Symposium dauert vier Tage und ist nur für geladene Gäste zugänglich. MUDOKWAN-Leiter Dr. Mosch wurde vom Kukkiwon eingeladen und wird am World Leaders Forum teilnehmen.

Internationales Wushu-Turnier in Wien

Im März 2013 wird es eine internationale Wushu-Meisterschaft in Wien geben, die so bisher noch nicht abgehalten wurde. Die „**International Traditional Wushu Championships 2013**“ sollen nicht nur Wushu-Sportler aus Europa nach Wien bringen, sondern zahlreiche Meister und Schüler aus China.

Großmeister Chen Shihong, der in Wien ansässige Wushu-Meister organisiert gemeinsam mit Dr. Mosch ein internationales Event der Sonderklasse. Als Austragungsort der Meisterschaften ist das Wiener Budocenter vorgesehen. Zusätzlich werden bekannte chinesische Meister Seminare und Danprüfungen abhalten.

Um die Veranstaltung für chinesische Teilnehmer doppelt interessant zu machen wird rund um das Turnier in Wien eine mehrtägige Europareise organisiert. Neben Wien soll auch Hamburg im Rahmen dieses Gesamt-events der Schauplatz einer großen Wushu-Veranstaltung werden.

In die Organisation sind auch offizielle Stellen in China eingebunden und kooperieren bei Vorbereitung und Anmeldung der Veranstaltungsteilnehmer. Im Laufe des Juli werden Großmeister Chen und Dr. Mosch nach China fliegen und vor Ort Gespräche mit den lokalen Behörden bzw. Sportverbänden führen.

Wenn alle Ideen umgesetzt werden können, wird das einen großen Aufschwung für den Wushu-Sport in Österreich und Europa bedeuten.

Neuer Webshop

In Kürze werden wir einen neuen Webshop eröffnen, wo alle unsere Angebote betreffend Kampfsportartikel und Zubehör gebündelt werden.

Ab sofort sind wir ja auch Exklusiv-Händler für die Marke **JCalicu**, welche die neuen Taekwondo-Poomsae-Uniformen herstellt, die ab 2013 verpflichtend bei allen internationalen Poomsae-Turnieren getragen werden müssen.



Der neue Webshop läuft unter der Software „Magento“ und wird eine eigene Webadresse haben:

www.drachenkampfsport.at

Sobald alle Waren eingegeben sind und die Software getestet wurde wird der Shop online gehen.

JCalicu hat aber nicht nur Poomsae-Uniformen, sondern liefert auch das komplette Ausrüstungsprogramm für den Taekwondo-Wettkampf, vom Anzug bis zu der Schutzausrüstung.

Neuer MUDOKWAN-Trainingsort: Korea Kulturhaus im Donaupark



Ab Juli 2012 trainieren wir sicher im schönsten Dojang Wiens: dem brandneuen Korea Kulturhaus im Wiener Donaupark!

Die Eröffnung fand am 3. Mai 2012 im Beisein von Bundespräsident Dr. Heinz Fischer statt und das Keimyung Taekwondo Demonstration Team lieferte die perfekte Taekwondo-Vorführung dazu. Jetzt ist es eine weitere Trainingsstätte der MUDOKWAN Sportschule.

Während der Sommermonate Juli und August werden wir jeden Mittwoch von 18.00 bis 19.00 Uhr eine Taekwondo-Trainingsstunde im großen Saal des Korea Kulturhauses abhalten. Der Saal bietet einen Panoramablick auf den Irissee, der hoffentlich nicht allzu sehr vom Training ablenken wird.

Nach dem Training kann man sich im angeschlossenen Teehaus erholen, wo es Getränke und kleine asiatische Speisen gibt. Bei Schönwetter genießt man das alles auf der Terrasse beim See.

Im Korea Kulturhaus finden laufend Veranstaltungen und Ausstellungen statt, wo man die koreanische Kultur kennenlernen kann.

TRAININGSZEITEN im Juli-August 2012

Dienstag: 18.00 - 19.00	BORG Gymnasium 1030, Landstr. Hauptstr. 70
Mittwoch: 18.00 - 19.00	Korea Kulturhaus 1220, Donaupark beim Irissee
Donnerstag: 18.00 - 19.00	BORG Gymnasium 1030, Landstr. Hauptstr. 70

Training für alle Gruppen (Kinder und Erwachsene)

Sommerpause vom 23. Juli bis 5. August (Kein Training)

Im Juli und August findet die Taekwondo-Stunde wie gesagt jeden Mittwoch statt, im September und Oktober haben wir dann probeweise eine zusätzliche Trainingsstunde am Freitag im Korea Kulturhaus eingeplant: ebenfalls jeweils von 18.00 bis 19.00 Uhr.

Somit werden wir ab September wieder von Montag bis Freitag mindestens eine Stunde Training täglich anbieten. Reges Interesse vorausgesetzt, soll die Freitagstunde im Korea Kulturhaus dann auch über den Oktober hinaus zu einer fixen Einrichtung werden.

IMPRESSUM

Eigentümer und Herausgeber:
MUDOKWAN-Sportschule
Für den Inhalt verantwortlich:
Dr. Norbert Mosch

Redaktionsanschrift:
1070 Wien, Kaiserstraße 10
Tel.: 767 63 84
e-mail: office@mudokwan.at

Blattlinie:
Infos und Nachrichten für Mitglieder
der MUDOKWAN-Sportschule.