



Hwa-Rang Nyt

NYHEDSBREV TIL MEDLEMMER, FORÆLDRE OG ANDRE INTERESSERED E

Januar 2005

Godt nytår!

Bestyrelsen ønsker alle medlemmer og deres familier et godt og lykkebringende nytår. Tak for de hyggelige stunder, som vi tilbragte sammen i 2004, og tak til de af jer, som i årets løb gav en hjælpende hånd med ved klubbens mange aktiviteter.

Det nye år byder naturligvis også på mange aktiviteter og spændende udfordringer. Vi håber at I har lyst til at tage del her i både som deltagere og medhjælpere.

Kupgraduering

Tillykke til Annika Kirkeby, Nikolaj Busk og Danny Bilberg, der den 24. oktober bestod deres første graduering. Ligeså tillykke til alle andre, der bestod gradueringen.

Fælles arbejdsdag

Lørdag den 9. oktober kl. 10 mødte 25 medlemmer og forældre op i klubben for at deltage i en fælles arbejdsdag. Der blev støvsuget og vasket støv af på lamper m.v. under loftet i træningssalen, der blev ryddet op og støvet af på loftet, skiltet over hoveddøren blev rengjort, huller blev spartlet og malet til fryd for øjet.



Julie og Amalie i kamp mod støvet under loftet i dojangen

Endelig blev den senest indkøbte styrke-træningsmaskine skilt ad, slebet og malet for siden hen at blive samlet og sat på plads. Dette til glæde og gavn for de medlemmer og forældre, som i det daglige benytter klubbens fitnessudstyr til at træne kroppens muskulatur og dermed forebygge eller genoptræne eventuelle skader.

Ved frokosttid blev der serveret kinamad, hvilket gav energi til endnu et par timers arbejde, som sluttede ved 16-tiden. En stor TAK skal der lyde til jer, som var med til at rydde op og gøre rent samt give klubben en lille ansigtsløftning.

Flemming (bestyrelsen)

SM i Teknik

»Amalie har skrevet sig på deltagerlisten til Sjællandsmesterskaberne. Skal Mathias også med?«, lød det fra Susanne, mor til Amalie. Mathias vidste godt, at der var SM i teknik, men han havde ikke overvejet at deltage. Hans første reaktion var: »Kan jeg det?«. Claus sagde, at det kunne han måske, hvis han trænede hårdt. Beskeden fra Ditte, Jonas og Kim var, at han bare skulle stille op og selvfølgelig træne hårdt.

Der var kun få uger til, så Mathias begyndte at træne 3 gange om ugen og syntes, at det var spændende at have et nyt mål for træningen. Venner og familie blev bekendtgjort med den snarlige konkurrence, så bedsteforældre og søskende meldte straks deres ankomst til Hvalsø hallen.

På konkurrencedagen kunne deltagerne selv vælge deres coach, og Mathias havde længe snakket om, at han gerne ville have Kim som coach. Til Mathias' store tilfredshed sagde Kim ja, og set fra tilskuerspladserne gjorde Kim et fantastisk arbejde. Der var 25 deltagere i gruppen, heriblandt klubkammeraterne Mads og Aleksandar. Selvom Mathias havde sat næsen op efter en topplacering, blev det hurtigt klart, at det ikke var realistisk.

Endelig skulle Mathias på gulvet og familien sad spændt blandt tilskuerne. Mathias var nervøs og det betød at præstationen på gulvet i begge omgange foregik på "fast forward". Men flot var det sådan at stille sig foran dommere og tilskuere og alligevel holde fokus på sine tægger og gennemføre uden fejl. Det resulterede i en 14. plads og Mathias var tydeligt skuffet men, som Ditte flot sagde bagefter, det var en sejr i sig selv blot at stå på gulvet helt alene foran dommere og publikum. Mads blev nr. 11 og Aleksandar nr. 12 men alle 3 var enige om, at de vender tilbage ligeså snart de kan.

Som forældre var det fantastisk at se hvor godt børnene blev coachet, inden de skulle på gulvet, og den opbakning, som de fik efterfølgende. Desværre synes jeg, at Ballerup som en samlet trup med både børn og voksne gik lidt i opløsning, efterhånden som dagen gik. Blev der f.eks. taget klubfoto? Nej! Til sidst vil jeg nævne, at de foromtalte bedsteforældre, som ellers intet ved om taekwondo, var ret imponeret over det, som de så i løbet af stævnet.

Frank Løvstad-Gebauer

Opstramning

Koordinering af tilmeldinger, transport og regnskab til stævner er opgaver, som ofte tager lang tid. Men det er intet i forhold til den nødvendige energi og tid, som klubbens ledere bruger på eftertilmeldinger (og afmeldinger) samt rykkere i forbindelse med opkrævning af betaling, fordi medlemmer og forældre ikke er opmærksomme på tidsfristerne herfor. Den manglende betaling resulterer ofte i, at hele stævneafregningen bliver forsinket. Det går ud over de medlemmer og forældre, som lægger bil til fællestransporten, idet de dermed må vente på refusion af transportudgifterne.

For at komme denne uheldige situation til livs, vil klubben fremover håndhæve frister m.v. omkring stævnedeltagelserne:

- Stævnetilmeldinger bliver ikke videregivet til arrangørerne, hvis der ikke er sket rettidig betaling. Hvis ingen tidsfrist er annonceret, skal tilmelding og betaling være os i hænde 5 uger før stævnet.
- Forældre m.fl., der tager med til stævnet og deltager i fællestransporten, skal ligeså betale rettidigt herfor inden stævnet.
- Tilmeldingerne er bindende. Eventuelle afmeldinger er for egen regning.
- Chauffører skal efter stævnet aflevere kvitteringer for afholdte udgifter (f.eks. broafgift) og oplyse antal kørte kilometer. Det skal ske senest 14 dage efter stævnet, hvorefter retten til refusion bortfalder.
- Afslutning af stævnerregnskab, herunder afregning overfor chauffører og andre, som har haft udlæg, sker senest 1 måned efter stævnet.

Tilsvarende vil også være gældende i forbindelse med træningslejre o.lign.

Bestyrelsen



Stolte debutanter fra SM Teknik (Amalie, Mathias, Aleksandar)

Fantastisk jubilæum

30 år er stort. Det blev også nogle store dage i klubben den 2. og 4. september. Efter en lang og hård fællestræning med 3 af klubbens gamle instruktører, blev der torsdag aften fejret fødselsdag med flotte hjemmelavede lagkager og kager. Dejligt at se alle klubbens medlemmer samlet; store som små! Endvidere havde vi besøg af Palle Petersen, klubbens grundlægger, som kiggede forbi til hyggeligt samvær.

Lørdag var den store festdag, hvor vi startede formiddagen med træning af oldboys ved stormester Shin. Det var en stor succes med 40 deltagere. Det var for os andre bag glasruden sjovt at se så mange kendte og ukendte sortbælter. Underholdende var det også, idet det tydeligt fremgik, hvem der havde smugtrænet, og hvem der havde det hårdt. Alle så dog ud til at nyde arrangementet i fulde drag. Stort var det, at så mange stillede op!

Bagefter var der en god stemning, mens der blev indtaget en let frokost. De gode gamle dage blev vendt, og der var kommentarer til ændret udseende såsom størrelse, hårpragt osv. Alle havde meget at snakke om. Imens blev der i dojangen pyntet op til selve festaftenen med masser af flag og lys.

Eftermiddagen startede med Gæt og Gri-masser for de yngste, hvorefter formanden (Chief One) bød velkommen til de mere end 200 fremmødte med 3 store fantastiske chokoladekager dekoreret med farvet marcipan som klubbens logo.



Efter kagen var der opvisning med et bredt udsnit af klubbens medlemmer. Ganske underholdende var det at se frikamp med de yngste, som var pakket ind i beskyttelsesudstyr fra top til tå. Der blev vist 1-skridtskamp og taeguk af Amalie og Oliver, de unge rødbælter lavede grundteknik og selvforsvarsshow, og sortbælter fra bl.a. tekniklandsholdet lavede flot musikpoomse. Prikken over i'et var hold 3's Rollatorshow, dvs. pensionist-taekwondo. Meget overbevisende underholdning af Birgitte, Jan, Henrik og Lennart.

Efter et stort bifald skulle opvisningens yngste deltagere fotograferes med stormester Shin. Dernæst stod den på stor og

lækker koreanske buffet, hvor maverne endnu en gang blev fyldte.



Opvisnings minier med vores stormester, Shin Boo Young

I løbet af dagen var der også en del takketalere. Et arrangement som dette kræver megen forberedelse, og rigtig mange mennesker har gjort et stort stykke arbejde. Tak for indsatsen til jer alle!

Resten af dagen (og natten) gik med fest, hvor der blev danset og hygget samt tømt godt ud i baren, hvor der hele dagen var stor efterspørgsel på både slush-ice og fadøl. De sidste gik i seng, da solen stod op næste morgen.

Tak for en rigtig dejlig fest. Jeg havde en suveræn dag!

Susanne Nørgaard, hold 3

Hilsener fra klubbens oldboys ...

Som gammel kvindelig Taekwondo udøver, synes jeg det var en fantastisk oplevelse at deltage i Hwa-Rang Ballerups jubilæum. Bare det at se klubbens lokaler var som at komme tilbage i tiden forstået på den måde, at det vakte en masse dejlige minder frem fra en god tid med masser af hård træning. Det var også morsomt at møde alle de gamle rødder og ikke mindst Shin Boo Young. Han og hans kone så ikke en dag ældre ud end for 20 år siden. Gad vide hvad de får at spise?

Det sjoveste var at træne igen. Ens krop og hukommelse er blevet 20 år ældre. Spark og slag var ikke så kraftfulde mere, men meget sad dog stadig i rygraden. Dog var poomse koryo som et stort sort hul for mig. Der måtte jeg sætte mig og se på dem, der stadig kunne huske den. Gad vide om nogen havde smugtrænet.

Jubilæet var en rigtig god oplevelse for mig, og jeg ville ikke have været foruden. Det var dejligt at se, at klubben stadig kører og har masser af unge friske medlemmer med gåpåmod. Jeg vil gerne takke dem, der har arrangeret jubilæet. Godt gået! Jeg glæder mig til næste gang.

Tina Holm (44 år og 1.dan)

Tak til Hwa-Rang for at ville gense gamle klubmedlemmer, og specielt tak til Claus Thomsen for detektivarbejdet med at finde

de gamle. Det var med spændt forventning at jeg dukkede op til jubilæet. Ville der overhovedet komme nogen af de gamle fra holdet, og hvordan skulle det dog gå med træningen? Jeg havde sidst trænet i 1986.

Arrangementet var ud over al forventning! Masser af gamle klubkammerater at snakke med, flot opvisning, og træningen gik fint. I alt fald uden skader. Da man får mest ud af at træne regelmæssigt, vil jeg overveje at deltage til næste års oldboys-træning (3. september). Er der forresten nogen, der ved, hvordan man opbevarer sit bælte, så det ikke kryber med tiden?

Bjørn "Doc" Madsen (1. dan)

Det var rart at se de gamle klubkammerater til jubilæet. Tydeligt at se, at nogle var blevet større ☺ For mig betød oldboys-træningen, at jeg er begyndt at træne igen, dvs. i Bramsnæs, hvor jeg i dag bor. Det er en lille klub uden de store udfordringer for mig, men bare det at komme i gang igen er dejligt. Alt andet lige giver det ekstra overskud at træne – selv på motionsplan.

Ole Ryge (tidl. Sørensen, 1. dan)



Avisudklip fra klubbens første år (1974-75)

Aktivitetskalender

K = Kamp
T = Teknik

Januar

- 22. Begynder/Talent Cup (K), Roskilde
- 30. Kupgraduering kl. 10

Februar

- 2.-3. Tøndeslagning
- 10. Generalforsamling kl. 19
- 19. SM (K), Nørrebro

Marts

- 19. DM (K), Nørrebro
- 25.-27. Påskelejr, Solrød

April

- 9. Talentstævne (T), Skanderborg

Maj

- 21. Danish Open (T), Kolding
- 28. Begynder/Talent Cup (K)

Juni

- 5. Kupgraduering kl. 10

Juli

- 9.-15. Sommerlejr, Fyn

Ballerup Taekwondo Klub

Telefon 44 65 94 54

E-mail hwarang@mail.dk