



Hwa-Rang Nyt

NYHEDSBREV TIL MEDLEMMER, FORÆLDRE OG ANDRE INTERESSERED E

Februar 2006

Ny klubdragt vises frem

Den nye og længe ventede klubdragt er nu klar og vil blive præsenteret på den ordinære generalforsamling tirsdag den 28. februar.

Team Ballerup 2006

Erhvervsklubben Team Ballerup har igen i år tildelt støtte til vores elitearbejde og talentudvikling. Den samlede støtte er 45.000 kr., hvoraf mindst 25.000 kr. skal gå til talentudvikling.



Vision fik ros af DIF

I DTaF's hovedbestyrelse er jeg involveret i et projekt, hvor vi i samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund udarbejder visioner og strategier for fremtidens taekwondo i Danmark. Jeg har i den anledning præsenteret klubbens arbejde med mål og visioner, herunder måden hvorpå vi har synliggjort disse. Tom Jensen, DIF, har udtrykt begejstring herfor og sagt, at han påtænker at bruge ideer herfra i sit eget arbejde.

Claus D. Thomsen (formand)

Trine slutter karrieren



Efter 6 år på tekniklands-holdet har Trine valgt at stoppe sin succesfulde karriere som eliteudøver. Hun kom på landsholdet i 1999, mens hun træned i Tåstrup. Efter godt et år valgte hun at skifte til Ballerup for at dygtiggøre sig yderligere.

Trine afsluttede karrieren på fornemste vis ved at vinde 3 guldmedaljer ved Danmarks mesterskaberne i november. Blandt hendes ca. 100 medaljer finder man også sølv- og bronzemedaljer fra de seneste 3 Europamesterskaber.

Trine fortsætter på det nationale opvisningshold. Derudover vil hun forhåbentlig være at finde som instruktør i klubben i mange år endnu, så eleverne får glæde af hende dygtige kunnen.

Sabeom nim Rasmus

Hold 3 måtte i december nyde deres sidste undervisninger med Rasmus, der grundet et skadet knæ var nødt til at stoppe som holdets instruktør. Det er trist og ærgerligt – ikke mindst for Rasmus selv. Men det har været nødvendigt for ikke at ødelægge knæet yderligere, og alle er forstående herfor.

Det var ikke uden vemod, at Rasmus troppede op i klubben for at undervise sit elskede hold 3 en sidste gang den 20. december. I klubben ventede der dog et surprise arrangement, idet elever og kolleger havde besluttet at gøre aftenen til en festlig begivenhed, så Rasmus kunne slutte af med et brag af en undervisning.



Hele hold 3 og næsten alle sortbælter var mødt op. Heriblandt Jens Gerlach, der kom fra USA og landede i Kastrup 1 time før. Det blev en super træning med sved på panden fra start til slut.

Efterfølgende fik Rasmus overrakt en shinai (bambussværd) i afskedsgave af klubben. Derudover havde elever og kolleger samlet ind til et flot ur, som Rasmus fik overrakt med følgende ord:

» Vi kommer til at savne dig meget men glæder os samtidig over de utallige træninger, som vi har haft med dig. Det har til tider været hårdt men også sjovt og motiverende. Du har været og vil fortsat være en stor del af klubben og vores liv. Det vil vi aldrig glemme dig for!

Du får dette ur som tak fra os, så du kan mindes den tid, som vi har haft sammen. Uret vil også minde dig om, at livet fortsætter og at der venter dig masser af oplevelser med os i fremtiden. Dels vil vi have fornøjelsen af dig som afløser engang imellem, og dels forventer vi, at du fortsat vil være aktiv med andre gøremål i klubben. Taekwondo udøves jo ikke kun i dojangen. «



Påskelejr og sommerlejr

Hvis hygge og træning er noget for dig, kan vi varmt anbefale at deltage i påskelejren i Solrød samt i DTaF's sommerlejr i Århus (uge 28), hvor forældre opfordres til at tage med. Vi forventer at deltage talstærkt i begge lejre. Se nærmere info i lejrbrochurerne og på opslag i klubben.

Underholdning i julen

Ved julehyggen i december havde hvert hold fået til opgave at optræde med et valgfrit indslag. Børnene optrådte med en flot musikpoomse, som deres træner havde lært dem i ugen op til.

Sortbælteholdet havde overvejet at overlade rampelyset til de andre hold. Men Peter fik en god idé, som bare skulle vises. Det blev til 3 små opvisninger, der demonstrerede, hvordan taekwondo blev trænet på forskellige tidspunkter i klubbens 31-årige historie.

Overskriften for første indslag var 1974. Dobogerne var gjort kortere med sikkerhedsnåle, og så blev der ellers vist taekwondo med kæft, trit og retning. Udstrækningen var præget af hårde huk, og under den stive grundteknik frem og tilbage over gulvet blev shinaien brugt til at motivere eleverne.

Næste indslag var år 1990, hvor undervisningsstilen var radikalt ændret til det mere bløde. Der var avancerede sparkekombinationer og udstrækningen havde skiftet hukkene ud med lange bløde træk.

Sidste indslag – år 2005 – var nok det morsomste, idet udøvere og forældre her kunne genkende sig selv og deres børn i de til tider disciplinløse holdninger. Opvarmningen var skiftet ud med boldspil, og ligeså var selve træningen mere kreativ og legende. Prikken over i'et var parodien på de mange drikkepauser, som var genstand for stor latter blandt publikum.

Dagens sidste optræden var de unge, der havde valgt at bruge stemmen til andet end kihap. Med guitar og velsmurte stemmer underholdt de med en omskrivning af Rocazino's »En for alle«. (Se sangteksten på bagsiden af nærværende).

I løbet af julearrangementet var der også tegnekonkurrence. De mange flotte og kreative tegninger blev belønnet med præmie til alle tegnerne.

Sortbælte til 100-årig

Han er gennem årene kommet med utallige søforklaringer og tomme løfter om at begynde træningen igen. Senest nåede snakken nye højder, da han fastholdt, at han vil deltage i gradueringen til juni ... i år vel og mærket. Han har sågar lovet holdkammeraterne 4 kasser øl, hvis det ikke sker. Dette til trods for, at chancen for at vinde i Lotto er langt større.

Vi giver her et portræt af manden, der har sat sin ære på højkant for at besejre sin egen dovenskab:

Navnet er Yrsa alias Karsten W. Nielsen, født 11. januar 1962. Han er far til Mikkel og Line, der også har trænet taekwondo, og hans bedre halvdel er Heidi Gøse, der i flere år har været klubbens madmor.

Yrsa blev medlem af klubben i 1996, hvor ansigterne på hold 3 så lidt anderledes ud. Han er eneste overlevne fra dengang, hvilket nok er årsagen til, at han trods lang tids fravær stadig kalder det »Mit hold«.



Han blev for 7 år siden gradueret til 8. kup og har stolt båret det orange bælte lige siden. Ofte fra hylde til hylde i klædeskabet – og en gang imellem omkring dobogen. Det har nemlig været småt med træning siden dengang. Efter eget udsagn har han dog aldrig holdt pause. Der har blot været langt mellem træningerne! Rekorden er 30 måneder. Sammenholdt med reglen om mindst 3 måneder mellem hver graduering (svarende til 26 træninger) bevirkede dette, at Yrsa's træner på et tidspunkt så frem til at sende ham til graduering igen i år 2052.

Yrsa har dog skruet op for træningsmængden de seneste 2 år – fordi julefrokost og sommerfest er blevet faste aktiviteter på hold 3's årlige træningsplan. Med øget træning og graduering hvert 7. år er der nu udsigt til, at Yrsa kan gå til dangraduering i år 2062. Hermed ville han kunne fejre sin 100 års fødselsdag samtidig med erhvervelsen af det sorte bælte.

For nogle år siden var Yrsa fast inventar på sommerlejrene. Han har også deltaget i SM Teknik tilbage i 1998. Yrsa's største bedrift var i august 2000, hvor han og Heidi var med til at starte klubbens ombygningsprojekt sammen med Rasmus og Claus. Siden kom Jean Schiller og andre frivillige på banen, og med fælles indsats resulterede arbejdet i klubbens nuværende stue, køkken og styrketræningsrum, som vi alle nyder godt af i dag. Det bliver spændende at se, om Yrsa også er med, når vi igangsætter næste fase af ombygningsprojektet i nær fremtid.

En for alle og alle for en

*Der er gang i Danmark
Når Ballerup slår til
Vi er landets bedste – og vi vinder
For der er ing'n der stør' end de ka' ligge ned
Med lynets kraft vi slår og viser tænder
Sparker 1-2-3, sparker vesten af
Kom bare an for vi er venner
Så vil du taekwondo og lære lidt mer'
Er vi Hwa-Rang klubben hvor det sker*

*Og vi si'r
En – en for alle – alle for en
En – en for alle – alle for en
I Ballerup Taekwondo
En – en for alle – alle for en*



*Vinde guldmedalje eller bare være med
Vi er en klub hvor selv de små er store stjerner
Men når kihap lyder fyres sparket af
Og ikke 10 tykke brædder vil ku' holde det tilbag'
Vi har sublim teknik
Født til romantik
De bedste her i verden
Så vil du taekwondo og lære lidt mer'
Er vi Hwa-Rang klubben hvor det sker*

*Og vi si'r
En – en for alle – alle for en
I Ballerup Taekwondo
En – en for alle – alle for en
Ved vi slås for det
En – en for alle – alle for en
Lige meget hvad der sker*



Taekwondo-hockey

Mellem jul og nytår var al træning i klubben som bekendt aflyst. Dog sneg en flok durkdrevne ninjæer sig ind i dojangen for at afbrænde de pyramidalske mængder juleand og risalamande, som det var lykkedes dem at fortære i julen.

Denne harmløse forbrændingsmetode – også kendt som hockey – skulle vise sig at fremtvinge såvel latter som tæsk. Denne form for hockey afviger fra almindelig floorball ved at tempoet er rasende højt. Derudover bliver stavene udnyttet til deres fulde potentiale, uden hæmninger.

Denne usædvanlige *kampsport* rækker helt tilbage til de gamle japanske krigere og har altid været en af de hårdeste. Efter adskillige opinionsundersøgelser og udholdenhedstests er idrætten genoptaget i Hwa-rang Ballerup. Der bliver ophængt notits på opslagstavlen, så alle klubbens ninjæer kan prøve en omgang Taekwondo-hockey.

Toke og Mikkel (hold 3)

BALLERUP TAEKWONDO KLUB
WWW.BALLERUPTAEKWONDO.DK
MAIL@BALLERUPTAEKWONDO.DK
TELEFON 44 65 94 54

Visitkort

Herunder et eksempel på klubbens nye visitkort, som bestyrelsen i december delte ud til instruktører m.fl.



Kupgraduering

Tillykke til Selena Güntlisberger, der søndag den 5. februar bestod sin første graduering. Også tillykke til alle andre, der bestod gradueringen.



Lars Poulsen gennembryder mursten og består 1. kup.

Denne kupgraduering var den sidste for Lars Poulsen. Næste gang gælder det sort bælte, hvilket træningen nu rettes mod.

Aktivitetskalender

K = Kamp
T = Teknik

Februar

28. Generalforsamling kl. 19

Marts

- 1.-2. Tøndeslagning til træning
- 3. Hyggeaften i klubben kl. 19
- 25. DM (K), Gladsaxe

April

- 1. Teknikstævne, Skanderborg
- 1. Dangraduering, Hamborg
- 8. Klubfest
- 14.-16. Påskelejr, Solrød

Maj

- 5. Hyggeaften i klubben kl. 19
- 20. Danish Open (T), Kolding
- 27. Kampstævne, Esbjerg

Juni

- 11. Kupgraduering kl. 10

Juli

- 8.-14. Sommerlejr, Århus