



Hwa-Rang Nyt

NYHEDSBREV TIL MEDLEMMER, FORÆLDRE OG ANDRE INTERESSERED E

Maj 2007

Allan udtaget til VM

Stort tillykke til Allan, der meget flot og velfortjent er blevet udtaget til VM, der afholdes i Beijing i Kina. Vi er alle meget stolte over, at Allan fortsat udvikler sig og viser flotte resultater, når han som klubbens flagskib forsvaret Dannebrog ved de mange internationale stævner. Allan's flotteste resultat i år er indtil videre sølv ved Trelleborg Open, hvor han måtte igennem 5 kampe før medaljen var om halsen.



Allan stopper sin hollandske modstander med naeryo chagi.

På vegne af hele klubben ønsker vi Allan held og lykke samt god tur til VM i Kina.

Bestyrelsen

Miniholdet er teorister

Onsdag den 4. april blev der på miniholdet afholdt mærkeprøve. Jeg fungerede som censor, hvilket var første gang for mig. Det var en stor oplevelse at se, hvor dygtige de små krudtugler er. Jeg var især imponeret af hvor gode de er til teorien. Jeg hørte nogle af dem her i ud fra pensummet, som til de første 2 bæltegrader tæller ca. 40 koreanske ord. De kunne næsten dem alle – både fra koreansk til dansk og omvendt. Det var super flot, så kæmpe ros og stort tillykke til dem alle sammen.

Toke Groth

Billige dobogs og tasker

Klubben har købt nogle varer fra et restparti, som nu videresælges billigt til medlemmerne (så længe lager haves):

- Rygtaske50 kr. (før 169 kr.)
- Shiai dobog.....200 kr. (før 669 kr.)

Sidstnævnte er en krydslukningsdobog i tyndt vafflet stof, som fås i størrelserne 170, 180 og 190 cm.

Dellerne fra Ballerup

Og nej, det er ikke hold 3, der her refereres til. Det er derimod Julie's hjemmelavede og medbragte frikadeller til aftenens maden, som vi skulle spise efter en lang køretur til Skanderborg, hvor vi skulle til teknikstævne næste dag den 14. april. Julie havde majsommeligt pakket dellerne ind i lugtforhindrende sølvpapir i en køletaske, men alligevel lykkedes det dellerne (der indeholdt en god omgang hvidløg) at forpeste hele bilen og mere til. I det mindste lagde vi ikke så meget mærke til den jyske charme, der ellers osrer lystigt op fra deres mange marker. Men dellerne blev spist med velbehag sammen med vores øvrige medbragte mad bestående af lækker sommersalat med melon og ristede mandler samt hjemmelavet pizza.

Nu tænker I sikkert: Hvad kan dog overgå sådan en omgang hvidløgsdeller? Ja, det tænkte vi også. Men hør bare her.

Vi skulle overnatte i klubben i Skanderborg, som vi havde næsten helt for os selv. Det var spændende at se deres klub og de mange anderledes ting, som de har hængende i deres lokaler. De havde også nogle dejlige sovemadrasser, som vi kunne sove på. Efter en god nattesøvn spiste vi en stor portion morgenmad og kørte af sted mod hallen til det længe ventede stævne.

Humøret var højt og stemningen spændt, da vi varmede op til dagens udskejelser. Ventetiden, til at man skulle på gulvet, gik med at kigge på de andre deltagers flotte præstationer og selvfølgelig også med at øve, øve og øve. Da turen endelig kom til en selv, var det bare at give den hele armen og vise, hvad man duede til, selv om man var nervøs. Efter vi alle havde brændt vores absolut sidste energi af, gik turen atter hjemad. Det var en noget træt men stolt og tilfreds flok, der forlod Skanderborg med 2 guld, 1 sølv og 3 bronzemedaljer samt gode oplevelser i rygsækken.

Tak til alle for en god tur med lutter gode minder og hvidløgsdænde ☺

Tannie Nolsøe Madsen

Nyheder via e-mail

Hvis du ikke allerede modtager nyheder og information via e-mail fra klubben, kan du tilmelde dig servicen ved at sende en anmodning herom til:

mail@BallerupTaekwondo.dk

Generalforsamling

Stor tak til Susanne



På generalforsamlingen 22. marts fratrådte Susanne sin post som økonomiansvarlig i bestyrelsen. Årsagen er, at Susanne og hendes familie er ved at flytte til Schweiz, hvor hendes mand arbejder.

Tusind tak til Susanne, der gennem sit konstruktive arbejde har været et værdifuldt bestyrelsesmedlem for klubben i 3 år. Hun har med sit engagement og erfaring bidraget positivt til klubbens drift og udvikling. Ligeså har vi alle nydt godt af hendes varme humør både i bestyrelsen og som tidligere aktiv udøver på hold 3.



Susanne og Flemming i smidig kamp på hold 3 i maj 2004.

Konstituering af bestyrelsen

3 af de 4 øvrige bestyrelsesmedlemmer var på valg og blev alle genvalgt på generalforsamlingen. Dog ønskede ingen at indtræde på den ledige bestyrelsespost efter Susanne, hvilket betyder, at bestyrelsen nu kun består af 4 personer. Claus er fortsat formand, mens de øvrige i bestyrelsen har konstitueret sig således, at Kimmie overtager rollen som økonomiansvarlig, mens Jesper og Flemming fortsætter som henholdsvis næstformand og menigt medlem.

Bestyrelsen

Kupgraduering

Tillykke til Mea Flagstad, Ammad Hameed, Christian Bjørnlund, Christian Ipsen, Sarah Pless, Teis Angel Clausen, Mia Vangsgaard Bistrup, Christian Hansen Andersen og Nikoline Hyllested Andersen, der søndag den 4. februar bestod deres første gradue- ring. Også tillykke til alle andre, der bestod.



Forbudt for børn

Dette var overskriften for seniorarrangementet, som blev afholdt fredag/lørdag den 23.-24. marts. Målgruppen var kupbærere i aldersgruppen 30+. Alligevel var der lagt op til 2 dage med leg. For hvem siger, at man kan blive for gammel til at lege? I hvert fald ikke de 15 deltagere fra Hvalsø, Herlev og Ballerup, som deltog i arrangementet under ledelse af 4 inspirerende instruktører.



Arrangementet bød på spændende træning i bl.a. streetfight og hanbo jutsu, der er selvforsvar med 90 cm stok. Derudover var der mentaltræning (kumudo og qi gong).



Mest underholdende var den såkaldte træning af specielle håndteknikker, der foregik i en stor hoppeborg med gigantiske boksehandsker.



Opvarmningen lørdag foregik på en knap 100 m lang forhindringsbane i dojangen, hvor deltagerne skulle løbe, hoppe, klatre, kravle og balancere deres vej over og under de mange opstillede rekvisitter. Først skulle deltagerne banen igennem enkeltvis for at blive fortrolig med forhindringerne. Derefter skulle de banen igennem parvis. Dels med lakridssnøreband fra mund til mund og dels med sammenbundne bælt.



Arrangementet blev en stor succes, og netværket mellem de deltagende klubber blev dermed styrket, hvilket forhåbentlig bærer yderligere frugt i fremtiden. Det tegner positivt, idet deltagerne allerede har ønsket at mødes til hyggelige lørdagstræninger med frokost i Hvalsø og Herlev, inden der igen om et år afholdes endnu et lignende fredag/lørdagsarrangement i Ballerup.



Tak til alle deltagere for deres fantastiske humør, opbakning til hinanden samt store velvilje til at gøre dagene til en oplevelse. Tak til Michelle (Herlev), Monica, Julie og Tina for deres hjælp med lækker anretning af frokosten. Tak til klubbens madmor, Heidi Gøse, for den dejlige aftensmad. Tak til Michael Iversen (Solrød), Jacob Haning (Hvalsø) og Jan Preus for deres værdifulde bidrag til undervisning og underholdning.

Claus D. Thomsen

DVD med taegeuk/poomse

Klubben har købt DVD'er, som indeholder præsentation af taegeuk 1-8 og poomse 1-9 vist fra tre forskellige synsvinkler. Der vises endvidere nogle frie fortolkninger af



teknikkerne anvendt i praksis. DVD'erne ligger til fri afbenyttelse i stuen/kiosken og kan anvendes som inspiration og støtte ved indlæring af nye taegeuk/poomseer.

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

Sjovt børnearrangement

Søndag den 25. marts var der "Sjov for børn og barnlige sjæle" i klubben. Her var de gigantiske boksehandsker atter i aktion i hoppeborgen, som blev benyttet dagen før ved seniorarrangementet.



Omkring 40 børn og unge samt forældre mødte op, og der var fuld fart på i næsten 2 timer. Imens sad flere forældre fordybt i deres uundværlige mobiltelefoner. Og så forstår de ikke, hvor børnene har det fra ☺



I løbet af eftermiddagen syntes Claus, der var initiativtager til arrangementet, at det var tid til afkøling. Han dykkede derfor ned i fryseren, tømte den for sodavandsis, og delte dem ud til de mange aktive.

Tak til hjælpetræner Toke, der efter arrangementet gav en stor hjælpende hånd med at få pakket hoppeborgen sammen og få den returneret til udlejeren. Endvidere tak til Birgitte og Henrik for lån af trailer.

Sommerlejren næste år

Vær opmærksom på, at DTaF's sommerlejr fra næste år (2008) flyttes til uge 29.

Aktivitetskalender

K = Kamp
T = Teknik

Maj

- 12.-13. Instruktør 1 kursus, Køge
- 18.-20. VM (K), Beijing Kina
- 19. Danish Open, Vejle
- 26. Puljebeg. og talent cup (K), Esbjerg

Juni

- 2. Hamburg Classics (K)
- 3. Kupgraduering
- 9.-10. Træningsweekend for børn
- 15.-17. Træningslejr, Midtjurs

Juli

- 7.-13. DTaF sommerlejr, Århus