



Hwa-Rang Nyt

NYHEDSBREV TIL MEDLEMMER, FORÆLDRE OG ANDRE INTERESSEREDDE

August 2010

Thuy gradueret til 7. dan

Efter en flot og veloverstået graduering er Dang Dinh Ky Thuy nu indehaver af 7. dan. Gradueringen foregik 27. juni i forbindelse med TTU sommerfestival på kaphøjskolen Bosei nær Præstø på Sydsjælland. Censorer ved gradueringen var stormestre Lee Baek Un (Korea) og Cho Woon Sup (Norge).



Claus var sparringspartner for Thuy under gradueringen.

Gradueringen var sat til lørdag aften men blev udsat til søndag morgen. Ærgerligt for John Villy m.fl. der mødte forgæves lørdag og ikke som Palle Petersen havde tid til at komme igen om søndagen.

Thuy fik sorte bælte i Vietnam i 1974. Sammen med sin familie kom han til Danmark i 1975, hvor han og hans bror Ky Tu i de følgende 5-6 år trænede i Ballerup samtidig med at de også underviste i Tåstrup Tkd. Klub, som deres far opstartede i 1976. Dengang trænede Cho i øvrigt også i Ballerup. I 1982 blev Thuy og Ky Tu cheftrener i Rødovre, og i 1994 flyttede Thuy til Hamborg, hvor han i 2 år var cheftrener på stormester Shin Boo Young's skole.

De seneste år har Thuy undervist i Kaltenkirchen nord for Hamborg, og underviser desuden en del i Norge og Danmark. Selv træner han bl.a. med Oktay i Hamborg.



Thuy omgivet af stormestre Cho Woon Sup og Lee Baek Un.

Vi havde selvfølgelig købt en gave til Thuy. Ikke kun i anledning af gradueringen men også fordi han 3 dage fyldte 50 år. Tillykke!

Nyt klubbetøj og taske

Nu er den længe ventede klubdragt her endelig. Samtidig udvides klubkollektionen med matchende sportsjakke og taske. Rygtrykket bliver som på de gamle dragter, og der påtrykkes ligeså personnavn på jakken samt træningsdragtens overdel og buks.

Den nye dragt er af bedre kvalitet end den gamle men koster desværre også mere. Vi begrænser dog merprisen, idet klubben yder tilskud og sælger både dragt, jakke og taske op til 100 kr. billigere end indkøbspriserne. Forhåbentlig bevirker tilskuddet, at endnu flere får lyst til at købe klubbetøj og -tasken.

Der vil i starten være demo-dragter som kan prøves, så man er sikker på at få den rette størrelse. Bemærk, at der i voksenstørrelserne er både herre- og damemodel. Personnavnet som ønskes påtrykt anføres sammen med tøjstørrelsen på en bestillingsformular, der afleveres sammen med betalingen.

Tasken er ved at blive trykt og kan derefter købes direkte ligesom resten af kollektionen der omfatter hvid klub-T-shirt, sort og hvid poloshirt, rød løbetøj og selvfølgelig klubmærket til at sy på dobogerne.



Casper flyver fra reden

Vores 4 unge trænere er alle blevet optaget på de ønskede videregående uddannelser. Mark og Michelle på DTU, Monica på CBS og Casper på Fysioterapeutskolen i Esbjerg. Først tager Casper dog lige 4 måneder frivillig værnepligt i Cirkus Mili i Fredericia.



Casper flyver dermed fra reden efter 10 års opvækst i klubben. Han vil dog fortsat træne og undervise i klubben, når han fx er hjemme i weekenderne. Instruktøransvaret for kapholdet overdrages imidlertid til Michelle, som det seneste halve år har forberedt sig herpå.

Hele 3 sommerlejre

Jan Preus trodsede sin forslåede venstre-hånd og brækkede højrefod for at deltage i hele 3 træningslejre i løbet af sommeren.

Først Shin Family Camp på Mols, hvor også John Villy og Mikkel Scheerer deltog.

En hyggelig men også våd og kold weekend. Shin udtrykte flere gange utilfredshed over for lavt niveau ved kupgradueringen på lejren. Kritikken var berettiget, men blev sagt på en uheldig måde, hvilket bevirkede at Jan var meget tæt på at aflevere sit sorte bælte til Shin. I modsætning til Jan vendte flere af de øvrige instruktører det døve øre til. De burde dog have taget kritikken alvorligt, idet den jo indirekte var rettet mod dem selv som undervisere.

TTU sommerfestival på Bosei

6 dage senere gik turen til kampsportshøjskolen Bosei, der ligger i skønne omgivelser på Sydsjælland. Vejret var med os, så hver morgen, frokost og aften spiste vi udenfor.



Abringsceremoni med lys og overrækkelse af dandiplomer.

Der var en spændende sammensætning af instruktører fra Danmark, Norge, Schweiz, Frankrig og Korea. En af koreanerne havde pandebånd og handsker på når han underviste. Han virkede ikke særlig dygtig, men han var en underholdende sprællebasse, som i øvrigt uddelte koreanske souvenirs til eleverne efter nogle af træningerne. Jan fik et ansigt udskåret af træ, som han nu går rundt med om halsen som en amulet.

Der var morgengymnastik kl. 6 samt Ki-træning kl. 7 og 19, hvor Birgitte også kom forbi og deltog en enkelt dag. Claus og Jan havde fornøjelsen at træne med deres tidligere klubkammerater Peter og Randi, som flyttede fra Ballerup for 5 år siden. Monica lærte at lave den koreanske madspecialitet kimchi, og Michelle fik øvet sit franske ☺

Det var muligt at få massage på lejren. Men det var dyrt, så Andreas begyndte at tilbyde massage mod at få is som belønning. Mea, Mia og Nikoline hyggede sig med at reklamere herfor. De roste også Andreas' sixpack, der som den eneste var værd at kigge på i svømmehallen ☺



Træningsfaciliteterne på Bosei var opført i smuk asiatisk stil.

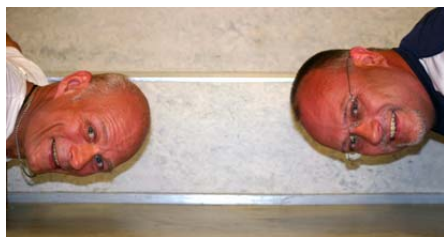
Lejrens sidste træning endte desværre uheldigt for Jan, der med et dollyochagi sparkede lige ind i hælen på sin makker, der samtidig sparkede kontra-dwitchagi. Det resulterede i 2-3 brud på højre fod.



Jan Preus og Birgitte Hyldahl til Ki-træning med Cho W. Sup.

DTaF sommerlejr i Vejen

Sommerlejren er altid et glædeligt gensyn med folk fra andre klubber. De første dage på lejren så vi vanen tro ikke meget til Casper, der var rundt og hilse på i alle klubbeltene. Michelle og Monica hyggede sig med gutterne fra Nyborg, mens Jan især nød gensynet med sin tidligere klubkammerat Carsten Stigers fra Århus.



Jan Preus og Carsten Stigers i færd med armstrækninger.

Jan kunne desværre ikke træne pga. sin brækkede fod. I stedet lavede han udstrækning og armstrækninger alle træningerne. Endvidere drøede han rundt med ungerne, så de fik deltaget i en masse træninger.



Gilbert, Nikolaj, Jann, Nicholas, Maria, Frederik og Casper ☺

Frederik og pigerne fik svinget numserne til zumba, og om aften fik Frederikke og Maria m.fl. trænet stemmerne til karaoke. Vi fejrede også Karoline's 9 års fødselsdag på lejren med sang, is, flødeboller og gave.

Arrangørerne gav Jan en lejr-T-shirt som tak for at han under hele lejren hjalp med at samle småskrald op og dermed holde området pænt. Jan blev meget overrasket og glad for T-shirten, der nu er med i hans samling af lejr-T-shirts gennem 30 år.



Hjemme hos Preus: » Det er bare Jan der er tilbage fra lejren. «

Karate Kid ★★★★★☆

Der har netop været biografpremiere på nyindspilningen af Karate Kid, der mere retmæssigt også kaldes The Kung Fu Kid. For det er netop kung fu, som den unge Jaden Smith bliver trænet i af Jackie Chan.



Filmens hovedtræk er som i klassikeren fra 1984. Den foregår blot i Kina med andre personnavne. Actionscenerne er piftet op og kampkunsten er krydret med showteknikker i stil med når fx vores nationale opvisningshold hopper op og griber med benene omkring halsen på hinanden.



Mr. Miyagi's berømte wax on / wax off er skiftet ud med andre bemærkelsesværdige træningsøvelser. Men fluer forsøges stadig fanget med spisepinde, hvor Jackie Chan dog har en mere effektiv metode. Filmen er bestemt værd at se, og mon ikke der i løbet af efteråret afholdes en hyggeaften med den nye Karate Kid på programmet.

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

Masterclass

DIF har udvalgt landets bedste ungdomstrænere, bl.a. vores formand, til at udveksle erfaringer og bidrage til en ny uddannelse med fokus på kompetencer som teambuilding, kommunikation og coaching.

Ligesom vores øvrige trænere elsker Claus at arbejde med mennesker og se dem udvikle sig. Han deler gerne ud af sine erfaringer og har således allerede vist sit værd i DIF Masterclass, hvor han samtidig suger til sig af ideer fra andre idrætsgrene.

Frivillige på tur i Tivoli

De frivillige, som i 2008 og 2009 ydede et prisværdigt arbejde med renovering af og hovedrengøring i klubben fik i juli en tur i Tivoli som tak for indsatsen.



Anni, Monica, Michelle og Christian i frit fald i Det gyldne Tårn.

Turen skulle være taget sidste år men blev flere gange udsat, så nu skulle det endelig være. Desværre var der afbud fra Toke og Rasmus, men de øvrige 6 personer nød belønningen og snakkede om at det snart må være tid til at kravle i arbejdstøjet igen.



Flemming på afslappende rundtur i de "små" veteranbiler.

Aktivitetskalender

August

21. Wonderful Copenhagen, Valby
23. Trænermøde

September

2. Klubbens fødselsdag
4. Oldboystræning og grillhygge
5. Fightclub, Ringsted
- 10.-12. Træningsweekend, Tyskland
18. Kampstævne, Fredericia
22. Bestyrelsesmøde

Oktober

3. Fightclub
6. Mærkeprøve på miniholdet
9. SM i teknik, Gladsaxe
16. Kampstævne, Risskov
23. Dangraduering