



HAPKIDO-Seminar Lutherstadt-Wittenberg (D) unter der Leitung von Dojunim Kim Yung Sang (9. Dan) 01.-04.02.2008

Anfang Februar 2008 fand in der Lutherstadt-Wittenberg (D) ein ganz besonderes Ereignis statt. Volker Gößling und seine Frau Nadine vom IHC Wittenberg luden zu einem einzigartigen Lehrgang unter der Leitung des koreanischen Großmeisters Dojunim Kim Yung Sang (9. Dan).

Dojunim Kim Yung Sang ist der letzte legitimierte Nachfolger des Hapkido-Begründers Choi Yong Sul und lehrt mit seinen 74 Jahren noch immer Hapkyusul in seiner unverfälschten Form.

Unterstützt wurde Dojunim durch 4 seiner Schüler (angereist aus Australien, Großbritannien und Korea) Sang In Yoon, Craig Franklin, Eui Dok Hang und Jarrod Taylor.



합기도

Vom 1. Hapkido Verein Wr. Neustadt nahmen insgesamt 5 Personen teil. Kerstin, Stefan&Stefan, Rene und ich reisten am Donnerstag mit dem Flugzeug via Berlin an, um noch am Vorabend des Seminarbeginns die bereits bekannte Schloß-Jugendherbe zu beziehen.



Als wir am nächsten morgen pünktlich bei der Sporthalles des Gymnasiums eingetroffen sind, hatten einige Teilnehmer bereits zusammen mit der koreanischen Delegation einen „Frühstart“ hingelegt und schon seit 6:00 früh eifrigst in kleiner Gruppe trainiert.

Durch die begrenzte Teilnehmeranzahl von ca. 80 Personen, waren wir besonders stolz an diesem internationalen Lehrgang teilnehmen zu können.

Nach der Eröffnungszeremonie ging es auch gleich los. Der gesamte Kurs wurde von Dojunim Kim Yung Sang geleitet, bzw. durch einen seiner Schüler geführt.

Zu Beginn jeder Trainingseinheit stand ein vierteiliges Aufwärmprogramm, welches aus immer den gleichen traditionellen Übungen bestand und ca. 1 Stunde dauerte:

- 1.) Aktivieren, Dehnen und Kräftigungen sämtlicher Körperpartien
- 2.) 16 Schlagtechniken
- 3.) 16 Tritttechniken
- 4.) Fallschule

Neben dem einfachen Zweck des Aufwärmens zur Verletzungsvermeidung hatten die Übungen den wichtigen Aspekt der Verbesserungen von Beweglichkeit, Koordinaten, Kondition, Ki und dem Bewegungsfluß.

Dieser Teil des Trainings dauerte ca. 45 Minuten und wurde zu Beginn einer jeden Trainingseinheit praktiziert.

Die hierbei angewandten Übungen wurden von uns allen als äußerst angenehm, ausgewogen und überaus effektiv empfunden. Entsprechend den Aussagen von Dojunim Kim Yung Sang sollten diese Übungen zu einem täglichen Bestandteil des Lebens werden, um Gesundheit und Vitalität ins hohe Alter beizubehalten; sprachlich und demonstrierte uns Spagat und Liegestütze. Dojunim Kim Yung Sang war zum Zeitpunkt des Lehrganges 74 Jahre alt.



Den verbleibenden Rest der Trainingseinheit verbrachten wir mit dem Üben von insgesamt 12 Grundtechniken (Gruppe Son Moksul, d.h. Handgelenkgreifen, 1-12) des Hapkyusul, welche wir unter den aufmerksamen Augen unserer koreanischen Freunde trainierten. Das besondere Augenmerk bei diesen Übungen lag speziell in der richtigen Körperhaltung, Beintechnik, Atemtechnik und harmonischen Ausführung, welche erst als Zufriedenstellend angesehen wurden, wenn trotz größtem Widerstand des Trainingspartners, die Übung nahezu kraftlos durchgeführt werden konnte.

Diese Erfahrung, dass wahres Können keine Anstrengung und Gewalt benötigt, war sehr beeindruckend. Besonders bei den Vorführungen durch den Großmeister persönlich zeigte sich, was damit gemeint war. Die vorgeführten Techniken und Lehren von Dojunim beeindruckten durch einzigartige Kenntnisse/Können von „HAP, KI und DO“!

Die Atmosphäre des Seminars war durchzogen von einem sehr freundlichen und friedlichen Klima, begleitet von hoher Disziplin und Motivation aller, welches die Basis für das intensive und effektive Studieren der Techniken war.



Trainiert wurde sehr viel; insgesamt kamen wir auf 20-24 Netto-Trainingsstunden. Das Training begann für gewöhnlich 6:00 Uhr früh (Tagwache um 05:00!) und dauerte in 4 Blöcken bis zu 21:30 am Abend.

Der „harte“ koreanische Trainingsstil verlangte daher einiges von den Teilnehmer ab. Schwellungen, blaue Flecken, Abschürfungen und Gelenkschmerzen waren sehr bald deutlich zu spüren, wobei wir uns bis zum Ende des Lehrganges einigermaßen „akklimatisieren“ konnten und den positiven! Nutzen dieser Art des Trainings erkannten.



Nach einer herzlichen Abschiedszeremonie kehrten wir via Berlin-Tegel wieder nach Österreich zurück.

Wir freuen uns an diesem besonderen Lehrgang teilgenommen zu haben und sind froh einen so tiefen Einblick in das Wesen und die Wirkung von Hapkido bzw. Hapkyusul bekommen zu haben.

Die Quintessenz der Abschiedsrede des Dojunim Kim Yun Sang war, dass es wichtig sei, dass die Hapkido ein Weg beschreiten, welcher lebenslang gegangen wird und beinhaltet ständig und dauerhaft, ernsthaft zu trainieren. Dieses Training sei allerdings nicht auf einen eventuellen Ernstfall der Selbstverteidigungssituation gemünzt, sondern auf die Verbesserung des gesamten SEINS. Damit hat der Dojunim genau das wiederholt, was die Hapkidomeister mit denen wir eng zusammenarbeiten, immer wieder ihren Schülern mitteilen. Allerdings haben diese Schüler diese Worte von der Hapkidoautorität schlecht hin gehört, was das Gewicht der Wort sicherlich noch größer werden läßt! (Volker Gößling)

Wir danken Volker und Nadine ganz herzlich, dass Sie uns die Möglichkeit gaben, an diesem beeindruckenden Ereignis teilhaben zu dürfen!

Michael Hinterschweiger
(8. Kup)
1. Hapkido Verein Wr. Neustadt

Teilnehmer vom 1. HAP KI DO Verein Wr. Neustadt:

Kerstin Eitzenberger (7. Kup)

Hueber Stefan (8. Kup)

Hajek Rene (8. Kup)

Michael Hinterschweiger (8. Kup)

Stefan Hölzl (9. Kup)



Die österreichische Delegation aus Wr. Neustadt, Gleißdorf, Kärnten und Wien gemeinsam mit einem Meister aus Belgien, Dojunim Kim Yung Sang und Volker Gößling



