



30 Years Shinson Hapkido 1983 - 2013 Movement for Life



1st and 2nd Ki before Danexamination



Dan-Seminar 2012



3rd Summercamp D-Hamburg 1987

28th Summercamp B-Elsenborn 2012



1st Kyosanim-Seminar D-Plön 1996

30th Kyosanim-Seminar D-Tübingen 2012



SHINSON HAPKIDO

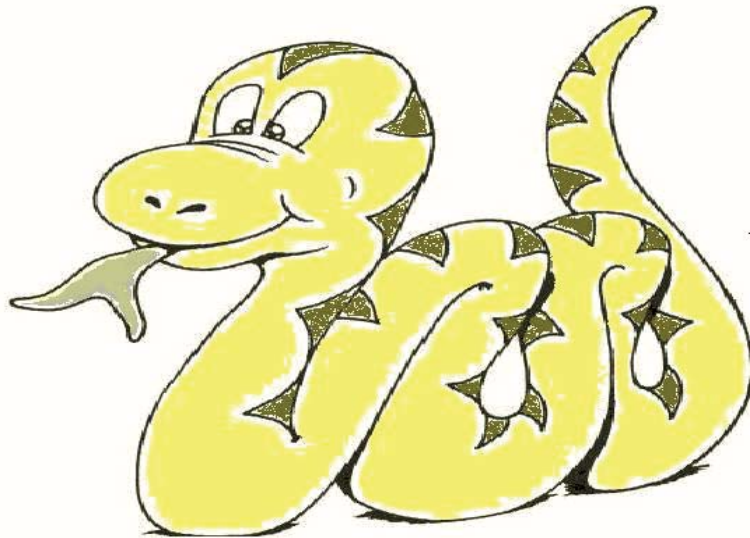
Motto / Begleitwort



2013



뱀해 / Year of the Snake / Jahr der Schlange



한 마음	Han Maoum	One Heart	Ein Herz
한 도장	Han Dojang	One Dojang	Ein Dojang
한 누리	Han Nuri	One World	Eine Welt



Ko. Myong



Dear readers,

The Chon-Jie-In magazine is usually published at the end of each year. It serves as an exchange of information and documents regional and international activities that are related to Shinson Hapkido.

Members of the Int. Shinson Hapkido Association (ISHA) and everybody interested can get a clear impression of our attempts to realize our basic principle – to foster an active health and an inner balance. This is carried out by seminars, workshops, social gatherings, charity shows, spare time activities for all generations, journeys and much more.

It would not be possible to realize this journal without its readers who show their interest in different ways. We say a big thank you to those who contributed texts or pictures or supported us by fixed orders or advertisements. Not all information can be shown always, thus we have shorten if necessary.

We hope you will enjoy No. 22, the Magazine-Team

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Chon-Jie-In Magazin erscheint i. d. R. am Ende eines jeden Jahres. Es dient dem Informationsaustausch und dokumentiert Aktivitäten – regional und international – die in direktem oder indirektem Zusammenhang mit Shinson Hapkido stehen.

Mitglieder der Int. Shinson Hapkido Association (ISHA) und Interessierte können sich ein Bild von den vielfältigen Bestrebungen machen, den Grundgedanken – die Förderung einer aktiven Gesundheit und inneren Balance – gemeinsam zu verwirklichen. Dies geschieht durch Seminare und Workshops, soziale Begegnungen, Benefiz-Shows und andere Spendenaktionen, Freizeitaktivitäten für alle Generationen, Kulturreisen und vieles mehr.

Ohne seine Leser, die auf unterschiedlichste Weise daran Interesse zeigen, wäre dieses Jahresheft nicht zu realisieren. Allen, die Text- oder Bildbeiträge beigesteuert, oder die Produktion z. B. durch die Abnahme fester Bestellmengen oder durch Inserate unterstützt haben, sagen wir deshalb herzlich Dankeschön! Wir behalten uns jedoch vor, Texte zu kürzen, wenn dies erforderlich ist.

Viel Freude mit Nr. 22 wünscht das Magazin-Team

CONTENT / INHALT

Imprint	1
Greeting address Sonsanim Ko. Myong	2
ISHA – Int. Shinson Hapkido Association e.V.	4
ISHA – Events	
Autumn Seminar 2011	6
2 nd Dan Workshop 2012	7
Spring Seminar 2012	7
Kyo-sanim Seminar 2012	8
Sabom-/Bu-Sabomnim Workshop 2012	9
Children and Youngster Seminar 2012	9
Sailing Trip 2012	11
Pentecost Seminar 2012	12
Dan Examination, 26 th Ki-Generation 2012	15
Summer Camp 2012 & Announcement 2013	16
Korea Tour and 1 st Korea Dojang opening	20
Dan and InterFET Meeting 2012	21
Announcements for 2013	22
CJI – Chon-Jie-In e.V.	25
Social Projects:	26
Young & Old together	26
Korean Diakonia Sisterhood	27
Zambia "Stump Mission"	28
Peru "Casa Verde"	29
Myong Sang	30
Chon-Jie-In House Korea opening	31
Dojangs and Countries	32
Chon-Jie-In Academy	38
Dojanglist	40

Imprint:

No. 22 is published in December 2012,
publisher: Ko. Myong

Address:

Shinson Hapkido Magazin, Liebigstr. 27, D-64293 Darmstadt,
Phone/Fax: +49 (0)6151 2947-03/-33,
email: magazin@shinsonhapkido.org

Magazine-Team:

Detlef Gollasch (editing),
Susanne Kimmich (editing, translation, layout and production)

Translation to English mainly by Lars Schäfer

Pictures mainly by Andreas Lau, Stefan Schott

Bank Account:

Volksbank Darmstadt, Keyword "Magazine",
BLZ 50890000, Konto-No. 10764408;
BIC GENODEF1VBD, IBAN DE 96 5089 0000 0010 764408

Published text does not necessarily reflect the opinion of the magazine team. We may refrain from publishing articles with strong personal contents.

The centre fold of this edition is an A3 insert to separate out. Front: Anniversary poster, back: Schedule 2013

Heftmitte dieser Ausgabe bildet ein A3-Einlegeblatt zum Herausstrennen: Vorderseite: Jubiläumspakat, Rückseite Termine 2013

GRUSSWORT 2013 VON SONSANIM KO. MYONG

In Asien gehört zum Jahr 2013 das Symbol der Schlange – Han Bam. Und in diesem Jahr feiern wir 30 Jahre Shinson Hapkido. 1983 hatte es mit „Kung Jung Musul Hapkido“, der „Kampfkunst des Königshauses“, angefangen, 1993 gab es dann die Namensänderung.

„Shinson Hapkido“ als „Bewegung für das Leben“ hat sich entwickelt, damit Menschen mehr für ihren gesunden Geist und Körper trainieren – für uns alle gemeinsam und für das Leben. Das heißt, es geht eigentlich um eine Arbeit zum Wohle von Mensch und Natur, mit dem Ziel, die Lebensqualität zu verbessern und tiefer nach innen zu schauen. Bewegung für das Leben bedeutet: unseren Körper und

ich, zusammen mit der Natur sind wir Eins. Deswegen respektieren wir uns untereinander, schützen uns, gehen freundschaftlich und herzlich miteinander um, fördern wir die Gemeinschaft, arbeiten gegen Gewalt, praktizieren das gemeinschaftliche Leben, statt egoistisch zu sein.

Ein großes gesellschaftliches Problem ist, dass es von Allem einfach zu viel gibt: Information, Essen, materielle Dinge, Luxus. Wegen dieser Einseitigkeiten gibt es natürlich von allem auch das Gegenteil – zum Beispiel Leute, die von Informationen ausgeschlossen sind, die gar nichts wissen. Die Entwicklung ist insgesamt zu extrem, sie bringt Trennung, Angst, Einsamkeit, Erschöpfung und Krankheit

deren, zum Beispiel Freundlichkeit und sagt dann: „Ich will jetzt auch mal ein Lächeln oder Lachen sehen“. Schauen Sie einmal in den Spiegel: wenn Sie selbst nicht lachen, gibt es auch kein Lachen aus dem Spiegel heraus.

Ich meine, wenn ich eine Erwartung oder einen Wunsch habe, muss ich selbst das Richtige tun. Wenn ich mich nicht ändere, ändern sich andere auch nicht. Wenn ich mich aber selbst ändere, dann ändern sich vielleicht auch die anderen.

Unsere Gesellschaft kauft und verkauft heute praktisch alles. Aber unser Herz – das was in unserer tiefen Mitte ist – dürfen wir nicht verkaufen! Wenn wir unser Herz fest in die Mitte unseres Lebens stellen, gibt es immer Hoffnung und Freude. Hoffen und Wünschen sind aber verschiedene Dinge, das darf man nicht vergessen. Wünsche kann man viele haben, Hoffnung gibt es nur eine: Das Licht (Do - der Weg) ist da, deshalb geben wir nicht auf.

Unser Motto zum 30-jährigen Jubiläum im Jahr 2013 lautet:

Han Maoum, Han Dojang, Han Nuri, ein Herz, ein Dojang, eine Welt.

Damit ist eine große Gemeinschaft und eine große Liebe gemeint. Gemeinschaft heißt sich zu begegnen (nicht nur mit Menschen, sondern mit allen Lebewesen, Tieren und Pflanzen); und dazu gehört zu teilen, Versöhnung und Liebe zu praktizieren, harmonisch, respektvoll und friedlich zu leben.

Für 2013 wünsche ich, dass es in der Welt weniger Krieg und Verletzung, sondern mehr Frieden und Heilung gibt. Der Shinson Hapkido Familie wünsche ich, dass sie weiterhin nicht aufgibt, dass wir insgesamt gut zusammen arbeiten, um für Gesundheit und Frieden etwas zu tun und dass wir mehr tun, besonders für Kinder, Jugendliche und Senioren. Es ist wichtig, dass wir auch für die Gesellschaft *mehr* tun und uns dafür gegenseitig aktivieren. Deswegen sind unsere Shinson Hapkido-Programmbeiträge bei städtischen Veranstaltungen oder bei anderen Kooperationen so wichtig.

Ich grüße Sie alle und wünsche Ihnen ein gutes Jahr 2013!

*Ihr Sonsanim Ko. Myong
Präsident der ISHA e.V.*



Geist mit Bewegung wach zu machen, zur Bewegung zu erwecken. Durch materielle Dinge, Geräte, Maschinen und Technik wollen wir uns nicht besitzen lassen, sondern umgekehrt sollen alle diese Dinge dem Leben nützlich sein. Wir wollen das wahre Ich wieder finden, uns mit dem Herzen bewegen. So kann das Leben einfach und klar werden und wir können es wieder fühlen und genießen. Und natürlich trainieren wir auch mit diesem Gedanken: Der Geist soll dabei einfach und klar sein, unser Atmen soll tiefer, ruhiger und sauber sein; unsere Bewegung im Training soll mit herzlichem Gefühl und Spaß verbunden sein.

Damit eine weitere Entwicklung möglich sein kann, ist außerdem noch die „Chon-Jie-In Bewegung“ entstanden, nach dem Prinzip: Himmel, Erde, Menschen – alle zusammen - alles ist Eins. Hier kann man erkennen: Du,

hervor. Technik, materielle Dinge, Drogen machen uns abhängig. Es kann sogar soweit kommen, dass die ganze Entwicklung in Richtung Untergang und Ruin geht.

Denn wir Menschen können allein nicht leben. „Reich“ bedeutet automatisch, dass es auch arme Menschen gibt. Stark bedeutet, es gibt auch schwach. Dunkelheit heißt, dass es auch Helligkeit gibt. Leiden heißt automatisch, es gibt auch Freude. Das bedeutet aber auch, dass alle diese Dinge sich sehr schnell verändern können.

In Wirklichkeit ist es doch so: In der großen Natur sind wir alle Eins, wir können uns unmöglich trennen. Also müssen wir uns untereinander unterstützen, aufeinander achten und sagen: „Ohne dich gibt es auch mich nicht!“

Oft erwartet man etwas von den An-

GREETING 2013 BY SONSANIM KO. MYONG

In Asia 2013 is represented by the symbol of the snake – Han Bam. And in this year we celebrate 30 years of Shinson Hapkido. In 1983 we started out with “Kung Jung Musul Hapkido”, the “royal martial art”. Then in 1993 we changed the name.

“Shinson Hapkido” as a “movement for life” was developed for training a healthy mind and body – for everybody together and for life itself. Therefore it is a work towards the benefit of mankind and nature in order to better quality of life and to look deeper within oneself.

Movement for life means to wake up our body and mind by movement, to make them move. We do not want to let material things, machines and technology possess us. They should serve life instead. We want to rediscover the true self, we want to follow the movements of our heart. Like this, life can become simple and clear, we can feel and enjoy it. And naturally, we train guided by this thought: The mind must be simple and clear. Our breath must be deeper, quieter and cleaner. Our movement within the training must be connected to cordiality and enjoyment.

In order to make another development possible, the “Chon Jie In Movement” was founded, following the principle of uniting heaven, earth and mankind as one. Here we can realize: You, I, we and the nature are one. That is the reason why we respect each other, support the community, work against violence and practice a life together instead of being egoistic.

In our society there is the problem of everything being there in abundance: Information, food, material things, and luxury. Because of this one-sidedness, the opposite exists too – like people being excluded from information, people who know nothing. This development embraces the extreme and causes separation, fear, loneliness, exhaustion and illness. We

become dependent on technology, material things and drugs. It may go as far as ending in destruction and ruin.

This shows us that we cannot live alone. The consequence of “rich” is the existence of poor people. Some being strong means there are weak ones too. Darkness means that there is also the light. Suffering means there is also joy. This also tells us that all these things can change rapidly.

The truth is that in the greatness of nature we are all one. It is impossible to become separated. Therefore we must support each other, take care of each other and say: “Without you I would not be there!”

Look into the mirror: Often we expect something from others, for example friendliness. So we say: “I want to see you smile!” But if you do not smile yourself, you will not see the person in the mirror smile. If I have an expectation or a wish, I’ll have to do the right thing myself. If I do not change, neither will others. But if I change, then others maybe will change too.

Nowadays, our society sells and buys nearly everything. But we must not sell our heart as it is our deepest center. If we place our heart firmly into the center of our life, there will always be hope and joy. But do not forget that there is a difference between to hope and to wish. You may have many wishes, but there is only one hope:

The light (God, Do) is there, that is why we do not give up.

For 2013, the year of our 30th anniversary, this motto was chosen:

**Han Maoum, Han Dojang, Han Nuri.
One heart, one Dojang, one World.**

This means one great community and one great love. Community means meeting with all life forms, such as humans, animals and plants. This involves to share, to practice reconciliation and love and to live in harmony, respect and peace.

My wish for 2013 is a world with less war and hurt and more peace and healing. I wish for the Shinson Hapkido Family not to give up, to keep on working well together for the community and peace and to do more, especially for children and elders. It is also important to do more for our society and to motivate each other to do so. This is the reason why our contributions for communal events or other co-operations are so important.

My greetings go out to you to have a fine year 2013!

*Yours, Sonsanim Ko. Myong
President ISHA e.V.*



International Shinson Hapkido Association e.V.



Liebigstr. 27, D - 64293 Darmstadt / Germany, Tel/Fax +49 (0) 6151 – 29 47 03/33
Email: info@shinsonhapkido.org Homepage: <http://www.shinsonhapkido.org>

The International Shinson Hapkido Association (ISHA) is the umbrella organization of all Shinson Hapkido Dojangs and a non-profit association.

Structure of ISHA

President: Ko. Myong

ISHA-Management (since 2008)

1. Chairmen: Jochen Liebig

2. Chairmen: Christoff Guttermann

Secretary: Ruth Arens

Treasurer: Bernhard Tessmann

ISHA-Member: Each leader of a Shinson Hapkido Dojang is at the same time a member of the ISHA, just like two black belt representative, elected for a period of three years by the general meeting of all black belts.

The annual meeting takes place in the beginning of the year.

The ISHA is divided in:

Organisation: The ISHA-secretary (information, organization of seminars, correspondence, advertising etc.) please see additional information below.

Science/research:

- ISHA-science: training and education
- ISHA-research: development, health programs

Social projects of ISHA

The support of the social projects:

- Diakonia Sisterhood, Korea (project Han San Chon among others)
- "Stump Mission", Zambia
- "Young and Old", Europe
- "Casa Verde", Peru
- local projects of Shinson Hapkido Dojangs, worldwide

is the duty of the Chon-Jie-In e.V. and many Shinson Hapkido members of different Dojangs supporting the projects with their honorary work.

Please read more in the rubric „Chon-Jie-In e.V.“

Donation account of ISHA

for collections/donations which support the social projects is:

Volksbank Darmstadt
BLZ 508 90000,
Konto Nr. 107 644 24,
IBAN DE 52 5089 0000 0010 7644 24,
BIC GENODEF1VBD



Annual Meeting of dojang leader in Webern

That was 2012! Annual Plan of International Shinson Hapkido Association e.V.

Jan. 27, 2012, D-Webern

Annual Meeting of the Shinson Hapkido Dojang-Leaders

Jan. 28, 2012, D-Webern

General Meeting of ISHA e.V.

Annual meeting of members and directorate of the Int. Shinson Hapkido Association at the CJI-House

Feb. 24 – 26, 2012, D-Aachen

International 2nd Dan Workshop

under the direction of Sabomnim Joachim Krein

Mar. 23 – 25, 2012, D-Aachen

International Spring-Seminar

Mar. 9 – 11, 2012, D-Seligenstadt

Sabom-/Bu-Sabomnim Workshop

Spring meeting of Bu-Sabomnim and Sabomnim

Mar. 30 – Apr. 1, 2012, D-Tübingen

Teacher Education and Training

International Kyosanin course south

Apr. 27 – 29, 2012, D-Groß-Bieberau

Int. Children- and Youngster-Seminar

May 4 - 5, 2012 Denmark

International Country-Seminar

May 6 – 12, 2012, North-Germany

Sailing Trip in the Wadden Sea

May 11 – 13, 2012, D-Darmstadt

International Dan-Examination 26th Ki, theoretical examination

May 26 – 28, 2012, D-Reinheim

International Pentecost-Seminar

Jun 22 – 24, 2012, D-Darmstadt

International Dan-Examination 26th Ki, practical examination

Jul. 20 – 27, 2012, B-Elsenborn

International Summer-Camp

Aug. 16 – 18, 2012, Korea

14th Int. Korea-Tour

"Searching for the Roots of Hanoi"

Oct. 20 – 22, 2012, D-Griesheim

International Dan-Seminar with Dan-Plenary Meeting

Oct. 26 – 28, 2012, D-Seligenstadt

Sabom-/Bu-Sabomnim Workshop

Autumn-Meeting of Sabomnim and Bu-Sabomnim

Nov. 9 – 11, 2012, D-Berlin

International Autumn-Seminar

Nov. 30 – Dec. 2, 2012, D-Hamburg

Teacher Education and Training

International Kyosanin course north

Dec. 2, 2012, D-Darmstadt

Shinson Hapkido Yard Bazar as Assistance to the Elderly

annual bazar with auction in the yard of the international center-dojang

Dec. 15, 2012, D-Darmstadt

Shinson Hapkido End-of-Year Benefit Ceremony

26th Dan-Examination 2012, we congratulate:



1st Dan, 26th Ki-Generation

Karsten Müller (Hamburg 5, Germany)
Patrick Simons (St. Vith, Belgium)
Victoria Heppenheimer (Seligenstadt, Germany)
Stephan Kostrewski (Hamburg 5, Germany)
Mandy Megies (Hamburg 5, Germany)
Katrín Geisler (Aachen, Germany)
Carola Lutz (Hamburg 5, Germany)
Christina Huby (Amel, Belgium)
Gunnar Jürgens (Hamburg 5, Germany)
Ulrike Mahler (Hamburg 5, Germany)
Ilka Volz (Hamburg 5, Germany)

Philipp Krings (St. Vith, Belgium)
Tim Friedrich (Darmstadt, Germany)
Alain Boemer (Elsenborn, Belgium)
Frederic Paul (Darmstadt, Germany)
Jürgen Müller (Darmstadt, Germany)
Benjamin Handen (Darmstadt, Germany)
Florian Schaber (Berlin, Germany)
Lea Demling (Hamburg 5, Germany)
Ulrich Schmieder (Darmstadt, Germany)
Troels Bo Madsen (Tømmerup, Danmark)

2nd Dan

Katja Rohrßen (Hamburg 1, Germany)
Silke Boysen (Hamburg 1, Germany)
Sibylle Kumm (Hamburg 1, Germany)
Anja Siemsglüß (Tübingen, Germany)
Dirk Bierenstiel (Tübingen, Germany)

3rd Dan (Bu-Sabomnim)

Sven Fähmann (Hamburg 1, Germany)
Norbert Teufelbauer (Wien 1, Austria)
Ulrike Sommer (Hamburg 1, Germany)
Sibylle Gleich (Hamburg 5, Germany)

The picture besides shows the new 3rd Dan



International Autumn Seminar in D-Hamburg, November 11 - 13, 2011



Rocking the Hall ... Autumn Seminar in Hamburg 2011: Hot and Loud, Gentle and Cordial

Friday night 36 black belt from 1st to the 4th Dan met with Sonsanim Ko. Myong. Our Grandmaster counseled us with warm words to be like trees in autumn that let go of their leaves. Similarly we should let go of our fears, expectations and a thousand other thoughts.

This was succeeded by a firework of clear and powerful basic techniques, as well as quick hand and feet techniques. This we were doing with one or more partners which made us melt into one unit. Then we were positively shocked by a three course dinner in the Dojang Suyang.

Saturday morning, all 200 participants met, some from Northern Germany, some very friendly and very well educated Belgians and some people from Southern Germany. After Sonsanim



Ko. Myong had rocked the hall for one hour it was hot and loud like in a disco, an atmosphere partly provided by all the attending children and youngsters. I was allowed to work with the brown and brown-black belts and had a lot of fun on a high level. During the lunch break, the children rampaged around while the grown-ups relaxed (...)

Die Halle gerockt ... Herbstlehgang in Hamburg 2011: heiß und laut, sanft und herzlich

Schon am Freitagabend trafen 36 Danträger vom 1. bis 4. Dan auf Sonsanim Ko. Myong. Mit herzlichen und warmen Worten zum Einstimmen riet der Großmeister uns, wie die Bäume im Herbst ihre Blätter loszulassen, auch mal unsere Ängste, Erwartungen, die tausend Gedanken mal abzuladen und tiefer auszuatmen.

Dem folgte ein Feuerwerk von klaren und kraftvollen Grundtechniken, sowie schnelle und fließende Hand- und Fußbewegungen mit einem, oder mehreren Partnern, was uns sehr nah zusammenbrachte und uns zu einer Einheit verschmelzen ließ. Der nächste Liebesschock dann im Dojang Suyang, wo man uns mit einem Drei-Gänge-Menü verwöhnte.

Samstagmorgen dann das Treffen aller ca. 200 Teilnehmer aus ganz Norddeutschland und einiger sehr freundlicher und sehr gut ausgebildeter Belgier und Süd-Deutscher. Nachdem Sonsanim Ko. Myong eine Stunde die Halle gerockt hat, war es wie in der Disco heiß und laut, wozu auch die reichlich gekommenen Kinder und Jugendlichen beitrugen. Ich selber durfte mit den Braun- und Braun-Schwarz-Gurten zusammen arbeiten und hatte viel Spaß auf hohem Ni-

veau. Die Kinder spielten und tobten die Mittagspause durch, während die Älteren sich eher gemütlich austauschten.

Nachmittags dann reichlich Su ohne Worte und Drachenhjong, bevor uns Sonsanim die letzte Stunde noch mal mit „letzte Suppe = beste Suppe“ warm einheizte und die Stimmung zum Kochen brachte, um am Ende die Energie langsam wieder herunter zu bringen und einen sanften Ausklang bevorzugte.

Wiederum im Dojang „Suyang“ in Altona dann das Treffen und die Feier aller Teilnehmer bei einem Buffet, was ich so lange nicht gesehen habe. So klang der Tag bei gemütlichem Beisammensein bis spät in die Nacht aus. Der Gong kam früh und einige hatten Mühe bei der Morgenmeditation die Müdigkeit und die kleine Muskelkatze zu überwinden.

Sonntagmorgen bringt uns Bu-Sabomnim Lidija mit ihrer humorvollen Art auf Schwung und auf Betriebstemperatur, bevor Sabomnim Uwe Bujack uns mit flottem Rhythmustraining zu einer tanzenden Einheit verhalf. Die letzte Stunde bei Sonsanim habe ich selten so sanft erlebt, aber es war für alle angemessen und stressfrei, ein respektvolles Miteinander in einem warmen und herzlichen Klima.

Am Ende ein Dank an die Organisatoren, die bis ins Detail vorbereitet haben und trotzdem heitere Gelassenheit ausstrahlten, sowie Sonsanim, der in unermüdlichem Einsatz auch die letzten Blätter vom Baum geschüttelt hat, die Herzen erwärmt und Hoffnung für kleine und große Menschen gegeben hat.

*Christoph Albinus,
Dojang Semmerin*

2nd Dan Workshop in D-Aachen, February 24 – 26, 2012

"Stress free introduced to Techniques ..."

The annual seminar for second dan black belts in Aachen was again led by Sabomnim Joachim Krein with help of Sabomnim Christoph Albinus. Our host, Bu-Sabomnim Christoff Guttermann had once again provided for accommodation and meals. All weekend the mood was just good. Relaxed atmosphere, laughter and concentrated training were at equilibrium. (...)



„Stressfrei an die Techniken herangeführt ...“

Auch in diesem Jahr fand der Lehrgang für die Träger des zweiten Dans in Aachen unter der Leitung von Sabomnim Joachim Krein statt. Unser Gastgeber, Christoff Guttermann vom Dojang Aachen, hatte wieder einmal für Unterbringung und Verköstigung gesorgt. Die Stimmung war das ganze Wochenende einfach nur gut. Gelöste Atmosphäre, Lachen und konzentriertes Training waren im Gleichgewicht vorhanden.

Sabomnim Joachim wurde unterstützt von Sabomnim Christoph Albinus. Den Trainingsgebenden ist es nicht schwer geworden uns zu vermitteln, was wir noch üben können, aber auch

was wir schon gelernt haben. Wir wurden sehr entspannt und völlig stressfrei an die Techniken herangeführt. Mut weiter zu üben, nicht aufzugeben und Geduld mit sich zu haben, das alles war an diesem Wochenende spürbar und auch deutlich ausgesprochen. Ich hatte nicht den Eindruck, dass es einen Teilnehmer gab, dem dies Wochenende zu lange erschienen wäre. Wir waren immer miteinander im Kontakt, sowohl im Training als auch in den Pausen.

Für mich persönlich war es ein schönes Erlebnis festzustellen, dass meine Einschränkung (blind) nicht bedeutet, etwas nicht zu können. Auch die anderen Teilnehmer konnten sich

auf die für die meisten doch nicht alltägliche Situation mit mir zu trainieren, hervorragend einstellen. Danke dafür.

Die gute Stimmung, das Gefühl von Gemeinschaft und der Gedanke aufeinander zuzugehen, hielten sich bei dem Hamburgern auch noch während der Rückfahrt. Einer älteren Dame beim Aussteigen behilflich zu sein, das war selbstverständlich. Kann ein Wochenende erfolgreicher sein? Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Wochenende, wenn es heißen wird: „Herzlich willkommen im Dojang Aachen. Wir wollen miteinander trainieren und Lernen.“

Fred Heyden, Dojang Hamburg 2

International Spring Seminar in D-Aachen, March 23 - 25, 2012

First Day of Spring in Aachen

The int. spring seminar is organised by the Shinson Hapkido Dojangs Belgium, Cologne and Aachen jointly.

Just in time for the first day of spring the participants were welcomed on March 23 in Aachen with wonderful weather.

But not only the weather was responsible for the very good mood. Around 110 participants from Holland, Belgium, Austria, Germany and Switzerland trained the five teaching methods mutually, intensively and full of fun. They learned to know better not only the techniques, but also their hearts.

Frühlingsanfang in Aachen

Der internationale Frühjahrslehrgang ist eine Gemeinschaftsveranstaltung der Shinson Hapkido Dojangs in Belgien, Köln und Aachen.

Pünktlich zum Frühlingsanfang wurden die Teilnehmer in diesem Jahr in Aachen vom 23. bis 25. März mit wunderschönem Wetter begrüßt. Doch nicht nur das war für die gute Stimmung verantwortlich. Die gut 110 Teilnehmer aus Deutschland, Holland, Belgien, Österreich und der Schweiz trainierten intensiv und voller Spaß mit den fünf Lehrmethoden, um nicht nur Technik sondern auch ihr Herz besser kennen zu lernen.

*Christoff Guttermann,
Dojang Aachen*



Quell der Energie: 32. Kyosanimlehrgang in D-Tübingen – „brandnew“!

Am 30. März 2012 haben Sonsanim Ko. Myong als Lehrgangsleiter und Sabomnim Jochen Liebig als Gastgeber gut drei Dutzend internationale Teilnehmer in Tübingen herzlich begrüßt. Für mich war es der dritte Kyosanimlehrgang und dieses Mal präsentierte sich der Lehrgang in einem ganz neuen Kleid.

Bedingt durch Anregungen aus den Berichten für die Kyosanimlizenz und die Arbeit des Forschungsteams dazu wurde inhaltlich einiges verändert. Zur Unterstützung Sonsanims waren auch Sabomnim Uwe Bujack und Sabomnim Josef Schmitt mit angereist.

Das theoretische Programm ist nun auf die Hälfte des Inhalts, das praktische auf ein Drittel gekürzt. Dadurch ist Zeit gewonnen auf die Inhalte intensiver einzugehen, zudem ist eine Este-Hilfe-Einheit (aus westlich-schulmedizinischer und aus östlicher Sicht) im praktischen Teil und im theoretischen Teil eine Einheit mit Themenarbeit in Kleingruppen mit anschließender Vorstellung im Plenum hinzugekommen. Geblieben ist die frühmorgendliche gemeinsame Meditation und die in Tübingen etablierte Stunde „Shinson Hapkido und Musik“ von Sabomnim Jochen Liebig.

Um nun eine Kyosanimlizenz zu erwerben, müssen zwei Lehrgänge besucht werden. Um einen Überblick über das gesamte Lehrprogramm zu bekommen, sollten drei Lehrgänge besucht werden. Für die Neulizenz



soll ein längerer Bericht vom Lehrgang erstellt werden, für die Lizenzverlängerung ein kürzerer. Ein zusätzlicher Erste-Hilfe-Kurs ist nun für die Lizenzerteilung nicht mehr erforderlich.

Mir persönlich hat das neue Kleid des Lehrgangs gut gefallen. Es gab viel mehr Interaktion zwischen den Teilnehmern, einmal durch die Gruppenarbeit aber auch durch die zwei Stunden Beschäftigung mit Notfallsituationen. Die westliche Erste Hilfe wurde in fünf Stationen gezeigt und geübt. Sonsanim hat uns im Anschluss in Notfallbehandlungen aus östlicher Sicht mit Akupressur/Akupunktur-Behandlungsmöglichkeiten eingeführt.

Sabomnim Uwe Bujack und Sabomnim Jochen Liebig haben gemeinsam die Kleingruppenthemearbeit eingeführt und moderiert. Die Themenarbeit hat zu sehr persönlichen Gesprächen geführt und dadurch sind sich die Teilnehmer sehr viel näher gekommen als es bislang der Fall war. Beim gemeinsamen Vorstellen der Ergebnisse in großer Runde ist es dann auch zu lebhaften Diskussionen gekommen. Eine schöne Idee und Abwechslung zum eher frontalen Erarbeiten des Kyosanim-Programms!

Sabomnim Jochen Liebig hat uns wieder sehr lebendig verdeutlicht, wie sehr Shinson Hapkido Musik und Rhythmus zusammen hängen und wie hilfreich es ist, damit bewusst umzugehen. Fürs leibliche Wohlergehen sorgten Schüler des Dojangs mit leckeren Speisen.

Da wir alle in der morgendlichen Dämmerung unsere Sorgen und Nöte zur Seite gelegt, gemeinsam die Stille gesucht hatten, wie Sonsanim ab und zu bildlich erklärt: „mit DO telefoniert“ hatten, wurde aus dem Lehrgang eine wunderschöne runde Sache und ein Quell der Energie.

Allen sei dafür gedankt.

*Dietrich Werminghausen,
Dojang Tübingen*



24th Sabomnim / Bu-Sabomnim Workshop

The Sabomnim / Bu-Sabomnim workshop took place in mid-March in the beautiful dojang Seligenstadt in Froschhausen.

In a relaxed atmosphere was diligently trained, tried new and for sure reviewed old and practiced. With delicious food, there was an exchange as always, and the remaining time was used for private conversations and celebrating together.

A big thank you to the host Sabomnim Josef Schmitt and our teacher Sonsanim Ko. Myong.

Mitte März fand im schönen Dojang Seligenstadt in Froschhausen wieder ein Sabomnim / Bu-Sabomnim Lehrgang statt.

In entspannter Atmosphäre wurde fleißig trainiert, Neues ausprobiert und natürlich Altes wiederholt und geübt. Bei leckerem Essen fand wie immer ein Austausch statt und darüber hinaus blieb noch genug Zeit für private Gespräche und gemeinsames Feiern.



Ein großes Dankeschön an den Gastgeber Sabomnim Josef Schmitt und unseren Lehrer Sonsanim Ko. Myong.

Ruth Arens, Dojang Bremen



14. Int. Kinder- und Jugendlehrgang vom 27. bis 29. April 2012 in D-Groß-Bieberau

Die Hapkido-Fahrt

Als ich auf Hapkido-Fahrt war, bin ich um 5.00 Uhr aufgestanden. Und um 7.00 Uhr sind wir dann losgefahren nach Groß-Bieberau bei Darmstadt. Es hat 7 Stunden gedauert, bis wir angekommen waren. Wir haben in einer Schule übernachtet. Wir waren so 100 Kinder.

Nach der Ankunft haben wir unsere Namensschilder gekriegt. Auf meinen Namensschild stand: Emilia Alizadeh Pournaki. Und ich war in der Gruppe "Löwe". Mein Trainer hieß Kurt. An dem Tag sind wir schon mit Trainingsklamotten raus auf den Rasen gegangen. Wir haben 2 Stunden trainiert. Dann sind wir Duschen gegangen. Als erstes die Mädchen, als zweites die Jungs. Nach dem Duschen sind wir hoch gekommen, und alle Essen gegangen. Es gab Reis mit Soße.

Nach dem Essen war Show-Time! Bei der Show-Time haben wir Witze erzählt und wenn jedem der Witz gefallen hat dann hat man was Süßes für die Gruppe gekriegt. Und ich habe immer Schokolade verdient, das war richtig lecker.

Am nächsten Tag sind wir richtig aufgeregert gewesen, denn wir hatten eine Nachtwanderung gemacht. Wir sind ganz leise durch den Wald gegangen und hatten Angst, weil so ein Mann da war, der unsere Gruppenleiterin in den Schlaf gebracht hat, und wir sie dann bis zum 2. Feuerpfahl tragen mussten.

Später hatten uns die anderen Lehrer mit Wasserpistolen angespritzt ...

Am nächsten Tag sind wir zum Bus gegangen und nach Hause gefahren

und bei der Rückfahrt hat es sogar 8 Stunden gedauert aber ich hatte nur gespuckt, meine Freundin Ljuba (12) und Lisa (10) hatten dolle Bauchweh.

Das war der letzte Tag auf der Hapkido-Fahrt. Es hat mir sehr viel Spaß gemacht. Vor allen Dingen freue mich auf das nächste Mal.

*Emilia Alizadeh-Pournaki (10)
Dojang Hamburg 5*



Sonsanims Thoughts about the Int. Children and Youngster Seminar



Where can we learn how to offer something?

I was thinking about our purpose in this world and how we can all live together in health and peace. If you ask like this, you will think quickly about the next generation, about children and youngsters. There will be no future without them or their parents. But nowadays it is very difficult to establish a link between the generations in respect and love and to find togetherness in harmony.

There is a lot of teaching in the families, schools and society in general. In this, we always place technology and achievement first. We support this tendency towards the ego. So where and how do we want to teach humanity and respect or how to offer something? Our children are the next world!

Actually, our Children's and Youth's Seminar cannot change that much. There is more a symbolic meaning to it. The idea of doing something instead of just talking about it is important.

At this international meeting of children and youngsters we cope without the distractions of digital gadgets, computers, T.V. or a lot of sweets. However, the participants can have a practical experience of living in a community, of managing without their parents, to meditate in early

morning, to concentrate, to be thankful when offered something, to sweat together, to work, to have fun and to sing.

Like this our children experience directly what it is like to love themselves, their families, nature and the whole world.

Wo können wir lernen, wie man jemandem etwas anbietet?

Ich habe überlegt, was eigentlich unsere Aufgabe für die Welt ist, damit wir alle auch in Zukunft gesund und in Frieden leben können. So zu fragen bedeutet natürlich, dass wir an unsere nächste Generation, unsere Nachfolger, an die Kinder und Jugendlichen denken müssen. Ohne sie – aber natürlich genauso wenig ohne die Eltern – gibt es ja keine Zukunft. Heutzutage ist es aber sehr schwer, die Verbindung zwischen den Generationen mit Respekt Liebe zu gestalten und einen harmonischen Umgang miteinander zu finden.

In den Familien, in der Schule, überhaupt in der Gesellschaft wird vieles gezeigt, unter-

richtet und beigebracht. Den ersten Platz haben aber oft Technik und Leistung. Die Tendenz zum Ego, zur Ellbogen-Mentalität wird gefördert. Wo und wie wollen wir dann aber Menschlichkeit und Respekt lernen und zum Beispiel: wie man jemandem etwas anbietet? Unsere Kinder sind unsere nächste Welt!

Unser Kinder- und Jugendlehrgang kann eigentlich nicht so viel verändern. Obwohl er hauptsächlich eine symbolische Bedeutung hat und die Idee zählt, kommt es darauf an, dass wir gemeinsam etwas tun und dass wir nicht nur immer erzählen.

Bei diesem internationalen Kinder-Jugend-Treffen kommen alle ohne Ablenkungen durch digitale Geräte, durch Computer und Fernsehen und ohne viele süße Sachen aus. Stattdessen kann man an drei Tagen ganz praktische Erfahrungen machen: gemeinschaftlich und auch mal ohne die Eltern klar zu kommen, auch mal am frühen Morgen zu meditieren, sich zu konzentrieren und Dankbarkeit nicht zu vergessen, wie man jemandem etwas anbietet, gemeinsam zu schwitzen, zu arbeiten, Spaß zu haben und zu singen.

So erleben unsere Kinder ganz direkt, was es bedeutet, sich selbst, ihre Familien, die Natur und die ganze Welt zu lieben.

Sonsanim Ko. Myong
Präsident ISHA



Segelreise im deutschen Wattenmeer, 6. - 12. Mai 2012

Die Welt schwankte angenehm weiter ... nach der 15. Segelreise auf dem Nordseewattenmeer

„Juhu – wir waren dabei!“ Unter der Leitung von Sabomnim Christoph Albinus mit Unterstützung von Bu-Sabomnim Bernhard Tessmann im Rhythmus der Gezeiten auf der „Jonas von Friedrichstadt“.

In Husum am Hafen erwartete uns die Crew mit Skipper Stefan, Bootsfrau Katja und Bootsmann Dieter auf der 101 Jahre alten „Jonas“, ein wunderschöner, zuverlässiger See-Ewer, ein sogenanntes Plattbodenschiff, mit 22 Metern Länge und einer Breite von 5,6 Metern, mit zwei Masten, die eine beeindruckende Segelfläche von 280 m² an sich tragen. An Bord trudelten am Sonntag so langsam alte Seehasen wie auch Neulinge ein – aus zehn Dojangs zehn Frauen und zehn Männer.

Wir waren nun für eine Woche „Im Rhythmus der Gezeiten“ unterwegs. Nachdem alle Lebensmittel für die Woche verstaut, die Kojen bezogen waren, Stefan die Schiffseinweisung durchführte, kamen sich alle beim Kennenlern-Training am Deich näher. Schon am ersten Abend machten wir die erste Bekanntschaft mit den Gezeiten. Die Jonas war um einige beeindruckende Meter abgesunken. So wurde auch den Neulingen ganz schnell klar, dass wir mit der Natur mitfließen dürfen und die Natur uns ihren Rhythmus für unseren Tagesablauf bestimmt. Aufstehen, meditieren, segeln, essen, trainieren, chillen, den Wind um die Nase wehen lassen, die Wärme der Sonne oder den Regen im Gesicht zu spüren. Eine Woche in Gemeinschaft mit bekannten und neuen Gesichtern auf engem Raum verbringen. Kann das gut gehen?

Wir teilten uns entspannt in drei Gruppen, bevor es zum ersten Segel Setzen ging. Die einzelnen Gruppen wa-

ren nun die ganze Woche über zuständig für Vor-, Haupt- oder Hintersegel, natürlich immer unter Anleitung der immer freundlichen und guldigen Bootsleute. So steuerten wir jeden Tag ein neues Ziel an. Dazu nutzten wir die Energie der abfließenden Flut.

Die erste Etappe war die Insel Pellworm mit ihren Schafen und Lämmern auf den Deichen. Eine Szenerie, friedlich und wie verzaubert. Die Route ging weiter nach Hallig Hooge, wo wir querbeet über die Hallig trainierten. Spätestens hier war restlos allen klar, dass der Dojang überall sein kann: an Deck, unter Deck, auf dem Kai, am Deich, am Stand – überall wo wir uns momentan befinden. Überall ist Shinson Hapkido Training möglich. Es ging weiter nach Wyk auf Föhr. Am belebten Strand bewegten wir uns weiter und warfen uns mit Freude in den sonnenerwärmten, weichen Sand. Weiter ging die Seefahrt nach Amrum mit seinen zahlreich brütenden See- und Strandvögeln.

Unterwegs auf See war schon auch mal ein Ausruf zu hören: „Gummistiefelalarm !!!“ Es war schnell klar, was zu tun ist – Gummistiefel an und Deck schrubben – auch dieser Dojang möchte sauber sein. Und wieder begrüßte uns friedlich, nach einem windstarken Seegang, Pellworm. Sicherlich hatten die Schafe und Lämmer unser Kihap vermisst.

Aufgrund Windstärke 6 war es spannend, wie wir nun nach Husum kommen. Am letzten Morgen der Reise entschied Stefan, dass wir mit der Jonas weiter zum Festland segeln. Wir waren alle überglücklich, dass wir mit unserem Gepäck nicht auf die Fähre mussten, um nach Husum zu gelangen. Mit stürmischem Wellenritt über die Nordsee beendeten wir die Reise da, wo wir sie begonnen hatten.



fene Seehunde gähnten, sich träge reckten oder zu Wasser robbten. So mancher Kopf dieser Gattung tauchte mal hier mal da in sicherer Entfernung aus dem Wasser auf und schaute neugierig zu uns „großer Robbe“ rüber.

Um nun auf die Frage zurückzukommen: Konnte das gut gehen? Eine schöne, tiefgreifende Erfahrung, dass 23 Menschen auf engem Raum so harmonisch zusammen leben können. Das Ego wurde von Anfang an schon gar nicht mit an Bord genommen. Alle haben sich so selbstverständlich auf die Gemeinschaft eingelassen, die aus einer Altersspannbreite von 16 bis Ü 50 bestand. Wenn keine Segel zu setzen waren, gab es genügend Zeit zum Trainieren, Übungen memorieren, Chillen und Karten spielen. Seeluft und Bewegung machen bekanntlich hungrig. Auch diesbezüglich wurde jeden Tag von den sich ständig fühlenden, freiwillig gemeldeten Kleingruppen ein so leckeres, opulentes, abwechslungsreiches Essen hergezaubert, dessen Anblick so manchem hungrig ausschauendem Gesicht ein Erstaunen und Strahlen herauslocken konnte. Selbst zum Kuchen Backen fand sich Raum und Zeit.

Die Seereise war sehr nachhaltig, denn unsere Welt schwankte in angenehmer Weise noch einige Tage weiter und schickte unsere Gedanken und positive Gefühle zurück auf das Nordseewattenmeer.

Vielen herzlichen Dank an alle für die schöne, einzigartige, besondere und harmonische Zeit!

Andrea Dimt & Nicole Westerhaus,
Dojang Tübingen



Unsere ständigen Wegbegleiter auf See waren schreiende Möwen, die uns mit einem Fischkutter verwechselten, in der Hoffnung, einen Fisch von uns zu ergattern. Immer wieder tauchten unterwegs Sandbänke auf, auf denen verschla-

The Founding Idea of the International Shinson Hapkido Pentecost Seminar



Cordiality and Spirituality

When the idea developed to establish a regular meeting for training and enhancing the community at the Pentecost weekend 25 years ago, I gave it a lot of thought. What possibilities do we have to meet in peace? Then I realised something: For this meeting to be peaceful it is essential to share.

In spite of all my wishes and prayers, every meeting can develop negatively. It is not enough for us to come together, to share, to reconcile, to accept each other and live together in peace. If the ego is placed at the center, there will always be a power struggle. The atmosphere turns sour and stubborn. Therefore we need spirituality and cordiality in everything we do. Without this, we remain an empty and dead shell.

For this reason I chose the weekend of Pentecost. There is a special significance as handed down to us for example by the New Testament: For the first time after the Resurrection, the disciples of Jesus had experienced the Holy Ghost. With a similar idea we want to convene at the Pentecost Seminar, when we sweat, share, clean our bodies and hearts, awaken our spirituality and realize that there is path from darkness to light. In the center of our heart there should be "Do" – "the sun is there"! This is the founding idea that gives a meaning to this event.

Of course, spirituality is always with us, also in this very moment whether we know it or not. But if we do not open ourselves up to it, we will not experience it. And for this we need our belief.

Herzlichkeit und Spiritualität

Als vor über 25 Jahren die Idee entstand, regelmäßig zu Pfingsten ein internationales Trainings- und Gemeinschaftstreffen zu veranstalten, habe ich sehr viel nachgedacht. Zum Beispiel über Möglichkeiten der friedlichen Begegnung und was es überhaupt bedeutet, friedlich zusammen zu kommen. Dabei ist mir zum Beispiel klar geworden: Zur Begegnung muss unbedingt das Teilen dazu kommen, wenn man sich friedlich treffen will.

Jedes Treffen kann sich aber immer noch negativ entwickeln, trotz allem, was ich mir vielleicht wünsche und wofür ich bete. Es reicht nicht, dass wir uns sehen, dass wir teilen, uns versöhnen, uns akzeptieren und friedlich gemeinsam leben. Wenn nämlich das Ego in der Mitte steht, dann gibt es immer auch Macht und die Atmosphäre verhärtet sich, alles wird stur und verkrampft. Bei allem was wir tun brauchen wir deshalb Spiritualität und Herzlichkeit. Eigentlich hat man ohne Herzlichkeit nur eine Schale, eine tote Hülle, die nicht wirklich lebendig ist.

Aus diesem Grund habe ich ausgerechnet Pfingsten gewählt. Die Menschen verbinden damit eine bestimmte Bedeutung, die uns zum Beispiel im Neuen Testament überliefert wurde: Erstmals erlebten die Jünger Jesu nach Himmelfahrt zu Pfingsten die Erfahrung des Heiligen Geistes. Mit einer ganz ähnlichen Idee und Motivation möchten wir uns beim Pfingstlager treffen, beim Training schwitzen, teilen, Körper und Herz reinigen, unsere Spiritualität erwecken und fühlen, dass es einen Weg von der Dunkelheit zum Licht gibt. In der Mitte unseres Herzens sollte „Do“ sein – „die Sonne ist da!“ Das ist der Gründungsgedanke, der hinter dieser Veranstaltung steht und das sollten wir uns ganz klar machen. Natürlich ist unsere Spiritualität eigentlich immer bei uns, zum Beispiel auch jetzt, genau in diesem Moment ... ob wir es wissen oder nicht. Aber wenn wir uns nicht selbst dafür öffnen, können wir es auch nicht erfahren, die Spiritualität kommt nicht spürbar bei uns an. Und dafür brauchen wir: unseren Glauben.

Sonsanim Ko.Myong
Präsident ISHA





Teamwork, Serenity, Optimal Conditions

For the first time after many years the Pentecoast Seminar takes place at a new "location". That gives me the opportunity my old habits and emotions resulting from obsolete thinking paths to check and to change, to allow new feelings. Life is always in a flow and therefore I would not like to remain the old. I am ready to be a new, another person again and again? Furthermore, the new environment will help me to train my attention and mindfulness (...)

Teamwork, Gelassenheit, Optimalbedingungen

Seit vielen Jahren findet das Pfingstlager nun das erste Mal wieder in einer neuen „Location“ statt. Das gibt mir Gelegenheit meine alten Gewohnheiten und Gefühle, die von überholten Denkpfeilen herrühren, zu überprüfen und zu ändern, neue Gefühle zu zulassen, das Leben ist immer im Fluss und somit möchte ich nicht einfach nur starr der Alte bleiben. Bin ich bereit immer wieder ein neuer, anderer Mensch zu sein? Des Weiteren erleichtert mir die neue Umgebung, meine Aufmerksamkeit und Achtsamkeit zu schulen.

Wie Sonsanim uns später im Sommerlager mitteilte, haben die Einwoh-

ner Reinheims sich im Vorfeld Sorgen gemacht, ob bei dieser Veranstaltung viel Schaden angerichtet würde, oder ob es danach viel Müll aufzuräumen gäbe. Zu ihrer Erleichterung war hinter her alles sauberer als vorher und sie waren überrascht, dass ihnen überwiegend fröhliche Gesichter der Teilnehmer begegneten, die auch noch freundlich grüßten. Dies wurde uns sogar von offizieller Seite der Stadt mitgeteilt und somit kam auch gleich die Einladung, dass wir gerne wieder kommen dürfen. So was hört man doch gerne!

Interessant zu beobachten ist immer, dass der Aufbau, Abbau und sonstige Arbeits- und Organisationspflichten ziemlich reibungslos verlaufen und fast alle die ankommen, sich so gleich selbstständig orientieren, was es zu tun gibt und dann anbieten mitzuhelfen, so dass kaum ein Gefühl von Hektik zu spüren ist – das ist einfach ein vorbildliches Gruppenverhalten und Teamwork.

Schön ist, dass alle Events mit Musik begleitet werden, die Begrüßung diesmal ohne Flügel, dafür aber mit Akkordeon, dessen Klang auf mich auch sehr bezaubernd wirkt. Bei allen Essen sorgt das gemeinsame Musizieren davor und die Jokezeit danach für die richtige Muse - und eine gute Verdauung. Es gibt diesmal einen

Fragebogen zum Ausfüllen zur ausgewählten Musik. Für mich ein sehr wichtiger Aspekt, da die Emotionen die durch die Musik hervorgerufen werden, unser Denken und unsere Entwicklung in eine bestimmte Richtung fördern und man sich gut überlegen sollte, was man denn so alles singen möchte.

Nur das erste Gemeinschaftstraining findet in der neuen Halle mit total neuem, glänzendem Boden statt, dieser wird sozusagen fast von uns eingeweiht. Da sich das automatische Fenster im Umkleidungsraum immer schnell wieder schließt, kann man unvermeidbar erkennen, dass vorher fleißig trainiert wurde. Ansonsten finden dann glücklicherweise die meisten Trainingseinheiten draußen bei Traumwetter mit glänzendem Sonnenschein im Freien auf einem Rasen statt, der besser ist als ein Teppichboden – flauschig weich beim Fallen, also einfach nur „Optimalbedingungen“. Dementsprechend ist auch die Stimmung sehr fröhlich, gelassen und zufrieden.

Für den 1. Kup ist die Abendaufgabe klar: die Hwalyong Sul für das Turnier vorbereiten. Wir haben dabei super viel Spaß und dies tut uns gut, um uns besser kennenzulernen und ist somit auch eine gute Vorbereitung, damit wir einerseits alleine aber noch wichtiger auch sozusagen als „Team“ bei der Danprüfung auftreten werden und man mit den Anderen besser mitfühlen kann. Und dies ist uns auch bestens gelungen.

Beim Abschluss-Grillfest, immer noch mit bestem Sonnenschein, ist hier die Fläche, bei der man draußen sitzen kann, leider sehr begrenzt und so sitzt ein großer Teil drinnen, was ich persönlich ein bisschen schade finde, erstens wegen der tollen Sonne und zweitens da die Gemeinschaft dadurch etwas auseinander gerissen ist – das konnte man in Groß-Bieberau besser lösen. Ich habe noch eine sehr offene, nette Diskussion mit dem Grillmeister über vegetarische Würstchen und mal schauen, vielleicht werden sie ja nächstes Jahr angeboten ...

Also als Abschlusskommentar für das Pfingstlager bleibt mir nur noch zu sagen: Yeaahh! Super gut! Jederzeit wieder!

Jürgen Müller, Dojang Darmstadt



26. Internationaler Pflingstlehrgang in D-Reinheim, 26. - 28. Mai 2012

... endlich mal wieder Pause vom Alltag ...

Ich freue mich auf das Bekannte aber auch das Neue, das Unbekannte. Den Tagesplan und die bekannten Gesichter, die Isomatte und den Schlafsack. Wo ist der Schlafplatz, können wir draußen schlafen? Wie wird das Wetter? Wohin joggen wir morgens? Wer wird da sein? Schon auf der Hinfahrt werden wir durch Stau sowie den einen und anderen Aufenthalt ausgebremst. Und wie so oft kommen wir erst auf den letzten Drücker zum Eröffnungsvortrag an.

Vor Ort geht es die Treppen rauf und runter mit offenen Augen und viel Vorfreude. Wir finden die Teilnehmer, die altbekannten Gesichter und viele neue unbekannte Gesichter. Man begrüßt sich mit Verneigen, atmet aus und wieder ein und so langsam, ganz langsam wird der Traum vom Pflingstlehrgang zur Wirklichkeit. Erst wenn dann am Pflingstmontag die Verabschiedung stattgefunden hat, ja dann, dann ist der Traum von einem schönen Pflingstlehrgang Wirklichkeit geworden und gleichzeitig auch schon wieder Vergangenheit. Also versuche ich hier und jetzt zu sein und jeden

einzelnen Augenblick in mich aufzunehmen und ihn zu leben.

Ich finde es schön, das ich hier nicht auf die Uhr sehen muss, der Gong gibt mir Zeichen, wenn es Zeit ist zur nächsten Tätigkeit überzugehen. Nur der Abend, nach dem Essen und der „Joketime“, nach dem Vortrag oder der Diskussion, der ist frei und deswegen auch schwer zu greifen. Manchmal ergibt sich ein Gespräch oder der Zufall will es so, dass in aller Ruhe ein Spaziergang gemacht werden kann, um die unbekannte Umgebung im neuen Licht mit müdem Körper aber wachen Geist wahrzunehmen.

Aber das Allerschönste an den Pflingstlehrgängen ist der Schlaf. Ich lege mich hin und kann sofort einschlafen und wache erst wieder auf, wenn neben mir der Gong ertönt. Diese Veränderung trat bei mir ein, nachdem ich mein erstes Kind bekam und gemerkt habe, was es bedeutet als Mutter immer für andere da zu sein. Wie oft sind die Nächte unterbrochen und ich finde schwer wieder zur Ruhe. An Pflingsten ist das anders. Natürlich sind hier viele Menschen und auch viele Emotionen, aber loslassen kann ich hier sehr gut. Es liegt an der Ge-

borgenheit der Gemeinschaft. An dem Vertrauen, dass unser aller Lehrer Sonsanim mit uns einen guten Weg geht und daran, dass jeder einzelne sich darum bemüht für den anderen da zu sein. Daran, dass wir mit unseren Lehrern (Kyosanim) am Tage fleißig unsere Körper trainieren, daran, dass wir gutes Essen bekommen und daran, dass wir immer wieder Danke sagen.

In der Anfangszeit war der Lehrgang für mich sehr anstrengend. Immer und überall unter Menschen sein, der straffe Tagesplan und das strenge Training. Überall der Blickkontakt und die Gespräche, das Training und immer und immer die Gemeinschaft. Ich konnte nicht loslassen, konnte mich zu wenig hinein geben, musste mir erst meinen Platz suchen. Heute aber, an diesem schönen Ort, der für alle unbekannt und neu war, da ist es mir besonders gut gelungen mich wohlfühlen und den Augenblick zu genießen.

Vielen Dank für all die Arbeit und Mühe der Helfer, Lehrer und Schüler. Vielen Dank der neuen Turnhalle und den warmen Duschen und vor allem unserer lieben Natur, mit der wir umgehen dürfen.

Ulrike Gocht, Dojang Cham-Luzern



Sonne satt beim Pflingstcamp in Reinheim

Aufgrund eines 500-jährigen Jubiläums in Groß-Bieberau fand das traditionelle Pflingstcamp dieses Jahr erstmalig auf einem Schulgelände in Reinheim statt. Kyosanim Anna Gavras ist dort als Lehrerin tätig und konnte glücklicherweise das Vertrauen der Schulleitung für diese Veranstaltung erwerben.

Auf einem großzügigen Gelände warteten eine frischrenovierte Cafeteria, eine neue Schulturnhalle, viele heiße

Duschen und ein wunderbar großer Rasenplatz auf bewegungsfreudige Menschen wie uns. „Fast schon wie ein Sommercamp“ war der Kommentar vieler TeilnehmerInnen – trainierten wir doch aufgrund der warmen Temperaturen meistens unter freiem Himmel. Und selbst das Echo aus Groß-Bieberau fand seinen Weg zu unserem morgendlichen Lauf durch die Natur.

Den Abschluss der Tage bildete wie immer das Turnier am Montag mit vielen sehenswerten Beiträgen und Leistungen.

Die GewinnerInnen des Turniers:

Hyong - Eigene Kreation:

- 1. Platz PrüfungskandidatInnen zum 1. Dan mit "Kopfkino"
- 2. Platz Marie, Julian und Olivier "One Minute Show" (3 Jugendliche aus dem Dojang Amel, Belgien)

Nakbop:

- 1. Platz Alain Boemer (Elsenborn)
- 2. Platz Freddy Paul (DA)

Freundlichste Person:

- Karin Wieck (Mannheim)

Einen großen Dank an Sabomnim Jochen Liebig und Kyosanim Anna Gavras für die Organisation, außerdem an unsere wunderbaren ModeratorInnen Christian Schmidt und Karin Wieck sowie an all die vielen, vielen fleißigen HelferInnen.

Und natürlich ein großes „Kamsa Hamnida“ an unseren Lehrer Sonsanim Ko. Myong für wunderbare Tage!

Ruth Arens, Dojang Bremen

26. Dan-Prüfung im Zentrumsdojang Darmstadt vom 22. - 24. Juni 2012



Es war einmal vor langer Zeit in einem weit, weit entfernten Dojang ...

Episode XXVI – Treffen der 7 Reiche*

*(Dojangs aus 7 verschiedenen Städten und Ländern)

Die Rekrutierung der neuen Padavane ist lange abgeschlossen, die Vorbereitungen auf die nahenden Ereignisse sind beinahe vollendet. Das erste Treffen aller 7 Reiche steht kurz bevor, doch den Aspiranten stehen vor ihrer Aufnahme in den Zirkel der Shinson-Jedi noch viele Hürden im Weg – werden alle die kommenden 7 Monate bis zum großen Initiierungsritual überstehen?

So der Stand im Herbst 2011, als sich zum ersten Mal die meisten der Anwärter auf das 26. Ki auf dem Lehrgang in Hamburg persönlich trafen und sich kennenlernten (das vorangegangene Sommerlager in Dänemark mal außer Acht gelassen). Insgesamt hatten sich 21 Anwärter aus zahlreichen Dojangs aus Hamburg, Aachen, Belgien, Oberhausen, Dänemark, Seligenstadt und Darmstadt zur 1. Dan-Prüfung, 26. Ki angemeldet. Viele Gesichter waren schon aus diversen Lagern und Prüfungen bekannt, einige hatte man noch nie gesehen, doch eines war klar: alle haben einen jahrelangen Weg hinter sich, der dem eigenen in dieser Hinsicht ähnlich war und dessen folgenden Abschnitt nun alle gemeinsam beschreiten sollten.

Unterbrochen nur noch vom Frühjahrslehrgang in Aachen im März verging dennoch fast ein halbes Jahr des individuellen Studiums der alten ge-

heimen Schriften (besser bekannt als "Dan-Theorie"), welches am 12.05. in einem nie dagewesenen Schreibmarathon seinen Höhepunkt fand, als wir alle ungeahnt lange Stunden im Dojang verbrachten, um das angeeignete Wissen zu Papier zu bringen. Ich denke ich spreche für alle, wenn ich sage, dass das Lernen und die Vorbereitung auf den theoretischen Teil der Prüfung sämtliche Schul-, Studiums-, Ausbildungs- und sonst welche Prüfungen in den Schatten stellte, indem man versuchte, jedes Fünkchen Theorie in seine Hirnwindungen aufzunehmen, um dann alles in einem Sturzbach wieder auszugießen, wonach der Kopf nur noch einer Schüssel aufgeweichter Haferflocken glich ...

Währenddessen blieb natürlich keine Zeit für ein näheres Kennenlernen, doch als dieser Teil der vollbracht – wenn auch noch keinesfalls sicher überstanden – war, sollten nur noch zwei Wochen bis zum Pfingstlager vergehen, welches sich keiner der Aspiranten als Möglichkeit einer Generalprobe entgehen ließen. Endlich war hier auch Gelegenheit, sich näher kennen zu lernen und neugierig herauszufinden, wie die Techniken der anderen Dojangs aussehen. Diese wurden im Rahmen des beliebten Festivals am Pfingstmontag auch gleich vereint präsentiert, als das werdende Ki eine kleine Show auf die Beine stellte, passend zum Pfingstthema "Von der Dunkelheit ins Licht".

Vier Wochen später war es dann schließlich soweit! Vom 22.-24. Juni fand im Zentrumsdojang Darmstadt

der praktische Teil der Danprüfung zum 26. Ki (sowie natürlich die Prüfungen zum 2. und 3. Dan von 9 weiteren wackeren Streitern älterer Ki-Generationen) statt. Diese 3 Tage waren eine ungeahnt intensive Erfahrung! Jeder von uns hatte natürlich schon viele Kuprprüfungen überstanden, war auf zahlreichen Lehrgängen etc. anwesend und kannte ganz allgemein die körperlichen Herausforderungen, die uns dieses Wochenende erwarten sollten. Aus meiner Sicht allerdings war es der psychische und emotionale Aspekt, welcher die Danprüfung zu einem noch viel unvergesslicheren und schwer zu beschreibenden Ereignis machte! Wie sah jetzt gerade meine Technik aus? Oh Gott! Warum habe ich diesen Fehler gemacht, das kann ich doch! Wie ist's bei den Anderen? Ein Blick in die Gesichter verrät alles von Anspannung über Unsicherheit und Nervosität bis hin zu Freude und Energiegeladenheit – meistens alles auf einmal!

Und dann, nach ausgiebigen Strapazen, viel zu wenig Schlaf, Absolvierung von Pflicht und Kür, dann kam das Warten auf die Ergebnisse. Während der Prüfung zeigte sich ein unheimlich starkes Band zwischen allen Teilnehmern. Es wurde sich gegenseitig motiviert, getröstet, unterstützt und gekümmert, wo es nur ging. Alle haben mit jedem mitgefiebert, was ein unheimlich tolles Gefühl war und als alle im Dojang erschöpft beieinander saßen und die kümmerlichen Gedanken, zu denen wir noch in der Lage waren, darum schwirrten, wie wir uns denn nun geschlagen hatten in den vergangenen 3 Tagen und – sollte es alles zur Zufriedenheit des Hohen Rates (der Prüfer) verlaufen sein – wie war das überhaupt mit der Theorie?!? Da zeigte sich nochmals durch gegenseitige Massagen, Drücken und gut Zureden, 'nen lustigen Spruch hier und da usw., wie sehr sich zwischen uns das gebildet hatte, das auch zu einem beachtlichen Teil zum erfolgreichen Abschluss der Danprüfung aller Teilnehmer geführt hat – GEMEINSCHAFT!

Einen herzlichen Dank an alle Mitprüflinge, Unterstützer, Prüfer, Lehrer, ganz besonders an die freundlichen Helfer und die liebevollen Geschenke vom 25. Ki und und und und ...

*Ulli Schmieder (Abgesandter der Shinson-Jedi des 26. Zirkels)
Dojang Darmstadt*

Dan-Examination in the Anniversary Year 2013

New Generation of Shinson Hapkido Teachers at the Start

Shinson Hapkido aims at the harmony of man and nature and shall help to develop healing power and health integrally.

If we don't follow up intensively and don't spread actively our program for health and humanity, finally it is concealed by other things gradually and disappears. Further Shinson Hapkido aims at the harmony of man and nature and shall help, healing power and health work for the Dojang and the world assuming as a life's work courageously. This doesn't help only other people and "the world" but we ourselves and our own health also!

Plans to open such as a new Dojang or in the context of a training project to teach Shinson Hapkido (in schools or elsewhere), therefore becomes our Association always promote and support fully!

I would like to give as a leader personally the dan bearers and dan carriers: **You can do it! Everybody can do it, if you putting your heart in!**

Danprüfung im Jubiläumsjahr

Neue Ki-Generation am Start ... Shinson Hapkido-Lehrerinnen und -Lehrer verbreiten die Idee „Bewegung für das Leben“ weiter.

Remarkable on the Dan Topic

Generally with the fight art topic and the ones who perform it, not really a family feeling of common engagement is taken. However Shinson Hapkido disabuse this, as one sees.

(Marriage-) couples as dan carriers.
It is no rareness, however special attention shall be given: In the year 2011 once again a married couple has passed the dan examination together: Anita Chavet and Norbert Langer from Belgium and in 2012 for the 3rd Dan Ulrike Sommer and Sven Fährmann from Germany, we congratulate.

Dan senior citizens or senior citizens in the Shinson Hapkido training

- The at present oldest dan carrier is Prof. Jochen Blume from Hamburg with the age of 87 years.
- The at present oldest pupil at the Dojang Darmstadt with the age of 91 years is Helma Zängerlein
- With 76 years Eva Duft, Dojang Darmstadt. is the currently oldest active Shinson Hapkido teacher

Shinson Hapkido hat die Harmonie von Mensch und Natur zum Ziel und soll helfen, Heilkraft und Gesundheit ganzheitlich zu entwickeln.

Aufgaben und Ziele:

- Arbeit für Frieden und Freiheit
- Schutz und Förderung des Lebens und der Gesundheit
- Förderung des Geistes von Menschlichkeit und Naturliebe (Herz und Geist wieder finden und klar machen; Menschlichkeit ausbilden, verbreiten und erreichen)
- Förderung der Gemeinschaft aller Menschen untereinander und mit der Natur
- Verbreitung des Geistes von Achtung und Toleranz (Achtung vor sich selbst, vor anderen Menschen und vor der Natur – auch Toleranz und Respekt gegenüber Angehörigen anderer Bewegungskünste)
- Förderung einer positiven Lebensweise (positiv denken, fühlen und handeln)
- Bewegung für das Leben (den Geist und die Kraft von Shinson Hapkido nur zum Wohle von Mensch und Natur einsetzen)
- Harmonie der Kräfte



(Jung Do: den Weg der Mitte)

(vgl., Ko Myong: „Bewegung für das Leben. Shinson Hapkido“, S. 59, Darmstadt 1994)

Weil heutzutage materielle und technische Dinge überall im Mittelpunkt stehen, nehmen Menschlichkeit und Gesundheit häufig Schaden; das Leben vieler Menschen wird ziellos. Aus diesem Grund geht es bei uns im Shinson Hapkido immer wieder darum, „wach“ zu werden, unser „Do“ klar zu machen und nicht zu verlieren – Menschlichkeit zu trainieren, zu verbreiten und zu erreichen.

Wenn wir unser Programm für Gesundheit und Menschlichkeit nicht intensiv verfolgen und aktiv verbreiten, wird es von anderen Dingen verdeckt und verschwindet schließlich. Den Shinson Hapkido DanträgerInnen als LehrerInnen empfehle ich deshalb, dass sie die ‚Arbeit für den Dojang und die Welt‘ als Lebensaufgabe mutig annehmen. Das hilft nicht nur anderen Menschen und ‚der Welt‘, sondern auch uns selbst und unserer eigenen Gesundheit!

Vorhaben wie zum Beispiel einen neuen Dojang zu eröffnen oder im Rahmen eines Trainings-Projekts (in Schulen oder auch anderswo) Shinson Hapkido zu unterrichten, wird deshalb unsere Association immer fördern und voll unterstützen!

Den DanträgerInnen möchte ich als Leiter persönlich mitgeben:

Sie können es! Jede / jeder kann es, wenn Sie herzlich dabei sind!

Sonsanim Ko. Myong
Präsident ISHA

Bemerkenswertes zum Thema Dan

Mit dem Thema Kampfkunst und mit denjenigen, die sie ausüben, wird im Allgemeinen nicht gerade ein familiäres Gefühl von Zusammenhalt und genauso wenig die Erfahrung eines lange dauernden gemeinsamen Engagements in Zusammenhang gebracht. Im Shinson Hapkido ist es jedoch, wie man sieht, der Fall:

(Ehe-) Paare als Danträger

Es ist keine Seltenheit im Shinson Hapkido verdient aber doch besondere Beachtung: Im Jahr 2011 hat wieder einmal ein Ehepaar gemeinsam die Danprüfung absolviert und bestanden: Anita Chavet und Norbert

Langer aus Belgien, Außerdem gratulieren dem Ehepaar Ulrike Sommer und Sven Fährmann zum dritten Dan in 2012.

Dan-Senioren bzw. Senioren im Shinson Hapkido Training

- Zur Zeit ältester Danträger ist Prof. Jochen Blume aus Hamburg mit 87 Jahren
- Die zur Zeit älteste Schülerin im Dojang Darmstadt ist mit 91 Jahren Helma Zängerlein
- Mit 76 Jahren ist Eva Duft vom Dojang Darmstadt die derzeit älteste aktive Shinson Hapkido Lehrerin.

Impressions of 28th Int. Shinson Hapkido Summer Camp, B-Elsenborn, July 20 - 27, 2012



28. Int. Shinson Hapkido Sommerlager in B-Elsenborn, 20. - 27. Juli 2012



Koreanischer Kampfkunstverband „Sae Sung Kwan“ zu Gast in Europa.

Internationale Begegnung und kultureller Austausch: Unter der Leitung von Meister Chong Ik Chol nahmen die jungen Mitglieder des Sae Sung-Verbandes am Sommerzeltlager im belgischen Elsenborn teil und bereicherten die Kampfkunst-Show, deren Erlös wie in jedem Jahr wohltätigen Zwecken dient, mit einem eigenen Programmteil.

Guests from Korean Martial Arts "Sae Sung Kwan" in Europe.

International meeting and cultural exchange: Under the management of master Chong Ik Chol the young members took part the Sung association at the summer camp in the Belgian Elsenborn sow and enriched the fight art show whose proceeds serve

charitable purposes with a program part of their own like every year.

Journey stations of the journey were also the Shinson Hapkido Dojangs in Fribourg, Cham and Zug in Switzerland as well as Tübingen and the Shinson Hapkido Center in Darmstadt.

Reise-Stationen des Europabesuchs waren im Anschluss auch die Shinson Hapkido-Dojangs in Fribourg, Cham und Zug in der Schweiz sowie Tübingen und die Zentrumsschule in Darmstadt.

ANKÜNDIGUNG - 29. Int. Shinson Hapkido Sommerlager 2013 26. Juli bis 2. August 2013 in Cham, Schweiz

Liebe Freunde,

es ist uns eine große Freude im nächsten Jahr für das 29. Int. Shinson Hapkido Sommerlager unter der Gesamtleitung von Großmeister Sonsanim Ko. Myong mit dem Motto: "Internationale Begegnung und Kulturaustausch, Gesundheit und Fitness für Jung und alt, Urlaub für die ganze Familie", bereits zum 4. Mal Gastgeber sein zu dürfen.

Das Lager wird vom 26. Juli bis zum 2. August 2013 in Cham auf dem Röhrliberg stattfinden. Höhepunkt wird wie jedes Jahr die große Benefiz-Kampfkunst-Show in der Waldmannhalle in Baar am 01. August 2013 sein.



Cham ist ein idyllisches Städtchen am Zugersee, umgeben von einer intakten Naturlandschaft, mit einer Panoramansicht auf die wunderschönen Alpen im Herzen der Schweiz gelegen.

Sie sind herzlich eingeladen im nächsten Jahr Ihren Sommerurlaub in einer tollen Umgebung mit gesunder Luft, lieben Menschen und einem großen Freizeitangebot zu verbringen.

Die Schweizer Shinson Hapkido Familie

Info: <http://www.sola2013.ch>

Email: ok@sola2013.ch

28. Int. Shinson Hapkido Sommerlager in B-Elsenborn, 20. - 27. Juli 2012

Abschlusspektakel begeisterte das Publikum und die Teilnehmer gleichermaßen

Shinson Hapkido in all seinen Facetten gezeigt

■ Bütgenbach
Von Marco Andres

Das große Highlight des 28. Internationalen Shinson Hapkido-Sommerlagers war die große Kampfkunstgala in der Sporthalle Worriken. Knapp 150 Sportler demonstrierten in der vollbesetzten Halle, wie viel Akrobatik, Dynamik und Disziplin in dieser asiatischen Sportart steckt.

Ein beeindruckendes Bild gleich zu Beginn, als alle Teilnehmer dieses Abends sich gemeinsam auf die Kampffläche begaben. Gemeinsam ging man zur Meditation und Energiegewinnung über, was stets vor den körperlichen Ertüchtigungen vollzogen wird.

Großmeister Ko Myong

Das Shinson Hapkido widmet sich der ganzheitlichen Ausbildung von Körper, Lebenskraft und Geist. Man spricht gerne von »Bewegung für das Leben«, weshalb es auch für alle Altersgruppen geeignet ist. Und genau dies war auch bei der Gala zu beobachten, wo von Jung bis Alt alles vertreten war. Unter der Leitung von Hapkido-Großmeister Ko Myong aus Südkorea verbrachten die vielen Teilnehmer aus ganz Europa eine unvergessliche Woche im Sommerlager in Elsenborn. Er ist der Gründer der Lebens- und Bewegungskunst Shinson Hapkido und somit ein Idol der Athleten. Seine sympathische und vor Kraft strotzende Art nahm auch umgehend das Pu-



Das Publikum erhielt tolle Einblicke in die Lebens- und Bewegungskunst Shinson Hapkido.

blikum in seinen Bann. Gemeinsam mit 91 Hapkido-Lehrern und 83 Schülern – vornehmlich aus den belgischen Dojangs (Hapkido-Schulen) – präsentierte man im Kollektiv verschiedene Grundhandtechniken und Fußstritte.

Besonders spektakulär sind da natürlich stets die Bruchtests, wo unter vollster Konzentration Holzplatten entzweit wurden. Da fieberte das Publikum förmlich mit und versuchte durch Applaus den Protagonisten weitere Energie zuzuführen. Auch das richtige Fallen will gelernt sein, was die Athleten bei atemberaubenden Sprungeinlagen eindrucksvoll vorführten. Hapkido soll in keinster Weise zum Angriff genutzt werden, sondern lediglich zur etwaigen Selbstverteidigung. Entsprechend gehören auch diverse Lösetechniken aus verschiedensten Griffen zum Repertoire.

Als letzter Punkt vor der Pause präsentierten sich die Mitglieder der ostbelgischen Dojangs, wo insgesamt rund 250 Sportler diesem Sport nachgehen. Sie alle sind passioniert von den akrobatischen Bewegungstechniken und der Energie, die dieses Hobby zur Harmonie zwischen Körper und Geist beitragen soll.

Grandioses Finale

Ganz besondere Gäste läuteten dann den zweiten Teil des Abends ein. Acht eigens aus Südkorea angereiste Hapkido-Meister betraten die Matten und demonstrierten Hapkido in höchster Perfektion. Traditionelle koreanische Perkussions-Musik und gekonnte Seiltechniken eröffneten ihren Beitrag.

Danach ging es dann athletisch weiter, eine unglaubliche Dynamik offenbarte sich bei den verschiedenen Wurf- oder

Sprungtechniken. Immer eine Nummer höher bzw. weiter ging es, als das, was man so für möglich hält. Unter tosendem Applaus endete dann ihr Auftritt.

Weiter ging es mit Selbstverteidigungstechniken, um sich gegen Messer, Stöcke oder anderen Angriffen zur Wehr zu setzen. In kurzweiligen Choreographien beim Angeln, in einer Café-Runde oder als trunkene Matrosen beim Landgang gab es durch die internationalen Teilnehmer des Sommerlagers weitere Einblicke in die Kunst des Hapkido.

Der Abschluss der Gala war dann Großmeister Sonsamin Ko Myong überlassen, der mit zwei Spezialbruchtests wieder für ungläubiges Staunen im Rund sorgte. Eine wundervolle Gala fand im großen Finale aller Teilnehmer ein grandioses Ende, die Hapkido-Familie feierte den Abschluss einer absoluten gelungenen Lagerwoche.



Eröffnung des ersten Shinson Hapkido Dojangs auf koreanischen Boden in Incheon

... im Zuge der 14. Studienreise nach Korea 16. August - 07. Sept. 2012



Ruhe der Berge – Glitter der Großstadt

Am 15. August 2012 war es soweit: 19 TeilnehmerInnen aus fünf Ländern kommen am Frankfurter Flughafen zusammen, ein gemeinsames Ziel vor Augen: Korea! In den kommenden 24 Tagen wird viel passieren. Zu viel, um hier Platz zu finden, darum nur Auszüge aus unserem Tagebuch:

Bei unserer Ankunft begrüßen uns Sonsanim und seine Frau, sein Bruder mit Frau, und Mitglieder der Musikgruppe „Poong Ryu Hoe“. Der Bus wartet und schon geht es an die Ostküste. Dort gibt es erst mal eine Willkommensparty von den Hapkido-Meistern von „Sae Sung Kwan Hapkido“ und ihren Familien. Sie hatten schon einen Gastauftritt bei der Kampfkunst-Show auf dem Sommerzeltlager in Belgien. Lecker essen und trinken, miteinander singen und spontane Gesangs- und Tanzvorführungen. Todmüde fallen wir schließlich in die Betten ...

... Am Nachmittag des 25. August nehmen wir in Taegu am 17. World-Hapkido-Festival teil, das dort von Kim, Jung-So Sonsaenim ausgerichtet wird ...

... Weiter geht es in das Kloster Haeinsa, das für zwei Tage unser Zuhause wird. Aufstehen um 3 Uhr in der Frü-

he, Meditation und Zeremonien, dazwischen Ausflüge in die Natur und umliegende Nebentempel ...

... In Han San Chon werden wir herzlich empfangen. An diesem Abend helfen wir dabei den Alten die Füße zu waschen und beim Füttern. In einer halben Stunde wird deutlich, was die Schwestern hier leisten, die all die Menschen hier nicht nur einmal, sondern Tag für Tag pflegen und sich liebevoll um sie kümmern. Am nächsten Tag soll es mit einigen der Schwestern zu einer nahe gelegenen Insel gehen, damit auch die Schwestern mal für kurze Zeit ausspannen können.

... Mehrere Tage sind wir dem Taifun immer wieder entkommen. Dann hält er uns doch neun Stunden am Flughafen fest. Schließlich können wir los, auf die Insel Jeju: Training am Strand, Vulkane, Drachenfelsen! ...

... Endstation Seoul: Nach der Ruhe der Berge, der Aufgewühltheit des Ozeans nun die Glitter-Neon-Welt der Großstadt. Eine Vorführung in einer Einkaufsstraße, Sehenswürdigkeiten aus allen Jahrhunderten und die Eröffnung des ersten Shinson Hapkido Dojangs auf koreanischen Boden ...

Und dann ist es soweit. Wieder am Frankfurter Flughafen. Das Schicksal fordert das Unmögliche: Wir müssen auseinander gehen. Wir lassen unsere Hände los, doch in unseren Gedanken an Korea sind wir weiter beisammen!

*Matthias Rewald, Dojang Darmstadt
Lars Schäfer, Dojang Wien*



Treffen des int. Forschungsteams (InterFET) am 19. Oktober 2012 in D-Webern

Like every year the members of the research team (Sonsanim, Sabomnim, Bu-Sabomnim, Kyosanim) met in the Chon-Jie-In House in Webern, to discuss various topics in the environment of Shinson Hapkido under the guidance from Sonsanim Ko. Myong.

Current topics of the InterFET are:

- Content of Chon-Jie-In movement
- How can Ki-Doin be taught?
- Games for teaching in the training of children
- Implementation of games in the training of adults (...)

Wie jedes Jahr trafen sich die Mitglieder des Forschungsteams (Sonsanim, Sabomnim, Bu-Sabomnim, Kyosanim) im Chon-Jie-In Haus in Webern, um unter Beratung von Sonsanim Ko Myong, verschiedene Themen im Umfeld von Shinson Hapkido zu besprechen.

In diesem Jahr wurden zwei neue Mitglieder im Forschungsteam begrüßt: Bu-Sabomnim Markus Keck aus dem Dojang Berlin und Kyosanim Lars Schäfer aus dem Dojang Wien, Österreich.

Aktuelle Themen des InterFET sind:

- Inhalte der Chon-Jie-In-Bewegung
- Wie kann Ki-Doin unterrichtet werden?

- Spiele für das Unterrichten im Kindertraining
- Einbau von Spielen in das Erwachsenentraining

Und dafür bittet das Forschungsteam um Eure Mithilfe:

- Wer unterrichtet Ki-Doin und wie unterrichtet Ihr Ki-Doin?
- Wer kennt noch, vielleicht nicht ganz alltägliche Spiele für das Kinder- und Erwachsenentraining?

Bitte sendet Eure Antworten an uwe.bujack@shinsonhapkido.org

Auch Fragen und Anregungen an diese Adresse sind jederzeit willkommen.

Impressions of the 27th Black Belt Meeting in D-Griesheim, October 20 - 22, 2012



Announcement: Meditation and Martial Arts Workshops with Korean Monk

Workshop from March 16 till April 07, 2013 in various Shinson Hapkido Dojangs: with Jeong Gyeong, zen-master of Buddhist meditation and martial arts.

The zen-monk is related to Shinson Hapkido and will give three-hour intensive seminars under the title: "Meditation and Martial Arts"



Ankündigung: Meditation und Kampfkunst Workshops mit Koreanischem Mönch

Workshops vom 16. März bis 7. April 2013 in verschiedenen Shinson-Hapkido-Dojangs mit Jeong Gyeong, Son-Meister der buddhistischen Meditation und der Kampfkunst

Der Shinson Hapkido nahestehende Son-Mönch gibt dreistündige Intensiv-Seminare unter dem Titel: „Meditation und Kampfkunst“.



Tour Data 2013:	Time	Location
March 16	02 pm – 05 pm	Germany; Int. Shinson Hapkido Center Dojang Darmstadt
March 17	10 am – 01 pm	Germany, Dojang Tübingen
March 20	06 pm – 09 pm	Austria, Dojang Vienna
March 23	02 pm – 05 pm	Switzerland, Dojang Schwyz
March 28	06 pm – 09 pm	Northern Germany: Hamburg 5, CJI-House
April 07	09 am – 12 am	Belgium, Dojang Elsenborn

§ ANWALTSKANZLEI §

REINER HOFFMANN

Rechtsanwalt und Fachanwalt für Verkehrsrecht,
Miet- und Wohnungseigentumsrecht

Ihr Partner für die Schwerpunkte:
Verkehrs-, Miet- und Arbeitsrecht, Bau- und Handelsrecht

Ludwigstr. 1, 64283 Darmstadt
Tel.: 06151 / 3968080 und Fax.: 06151/ 3968081
Email: kontakt@reiner-hoffmann.com
Internet: www.reiner-hoffmann.com

DATENSCHUTZ Siemann



Datenschutzbeauftragter

Mitglied im Verband der Sachverständigen und
Datenschutzbeauftragten e.V.

DATENSCHUTZ Siemann • Olaf Siemann

Tanusstr. 2 • D-64354 Reinheim • Tel: +49(0)6162 - 913661 • Fax: +49(0)6162 - 913378
Mobil: +49(0)151 - 27016681 • Mail: info@ds-siemann.de • Web: www.ds-siemann.de

**Announcement of the Exhibition:
Painting and Callygraphy from South Korea**

*Lee, Dong Hae and
Lee, Woong Sung*

The artist married couple are guests at the 30th anniversary of the International Shinson Hapkido Association.

The exhibition is shown in the Justus-Liebig-Haus in Darmstadt (Foyer of the city library, Große Bachgasse 2, D-64283 Darmstadt)

Official opening:
Friday, May 17, 2013, 2:00 pm

**Ankündigung der Ausstellung:
Malerei und Kalligraphie aus Südkorea**

*Lee, Dong Hae und
Lee, Woong Song*

Das Künstler-Ehepaar ist zur Gast beim 30-jährigen Jubiläum der Int. Shinson Hapkido Association.

Eine Ausstellung ausgewählte Werke der Künstler findet im Justus-Liebig-Haus in Darmstadt statt (im Foyer der Stadtbibliothek, Große Bachgasse 2, D-64283 Darmstadt)

Offizielle Ausstellungseröffnung am Freitag, 17. Mai 2013, 14:00 Uhr



"Dreaming Ecotopia"



Exhibition Times 2013:

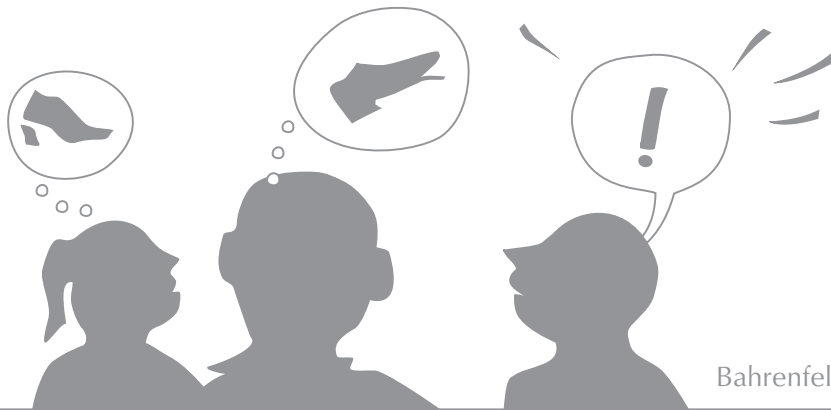
- Thursday, May 16 10 am – 07 pm before the official opening, already!
- Friday, May 17 10 am – 05 pm official opening at 2:00 p.m.!
- Saturday, May 18 10 am – 01 pm
- Sunday, May 19 16 am – 20 pm
- Monday, May 20 closed
- Tuesday, May 21 09 am – 07 pm
- Wednesday, May 22 10 am – 03 pm



"Snowy Wolchulsan"

de schooster

*Ist der Absatz krumm,
hat die Sohle ein Loch,
hat keiner ne' Ahnung?
de schooster doch!*



Schuhmachermeister Chr. R. Schmidt
Telefon 040 - 39 42 07
Bahrenfelder Str. 203, 22765 Hamburg - Altona



Spedition Schmitt GmbH

– Erfolg ist das Ergebnis von Qualität und Leistung –



- Direkttransport**
- Sonderfahrten**
- Logistik**

100 Jahre Spedition Schmitt

Schulstraße 16 · 63500 Seligenstadt · Tel. 06182/67141 · www.speditionschmitt.de



Management Chon-Jie-In Society:

Since 2011,
the management is represented by:

<i>Detlef Fischer</i>	<i>Chair</i>
<i>Stefan Barth</i>	<i>1. Vice-Chair</i>
<i>Brigitta Gariano</i>	<i>2. Vice-Chair</i>
<i>Peter Mehrling</i>	<i>Treasurer</i>

The Chon-Jie-In Association pursues exclusively non-profit purposes which conducts and promotes social and cultural activities, e.g.:

- Support of the social projects: Han San Chon/Korea, Young & Old together/ Europe, Stump Mission/Zambia, Casa Verde/Peru, local projects of Shinson Hapkido dojangs/worldwide
- Free consultation for health and life questions

- Health training for special groups to support, e.g. people with addiction problems, mentally ill or handicapped people, in co-operation with physicians and therapists
- Organization of seminars, lectures, projects in different schools
- Concerts, art exhibitions, international meetings
- Investigation and the development of preventive measures – e.g. special remedial gymnastics – for the promotion of health
- Recreational offerings for children and young people
- Donations for different welfare organizations (e.g. "Aktion Mensch" which supports handicapped people)

It is quite hard to find welfare organizations which support reasonable projects and which reliably forward the donations to the people in need. The support of such social projects is highly esteemed in society.

It is surely exceptional that a "martial arts association" has been supporting social projects for years.

We feel this is a sensible way of promoting Shinson Hapkido.

Contact:

Chon-Jie-In e. V. / Chon-Jie-In House
Brandauer Weg 31
D - 64397 Modautal
Phone: +49 (0)6167-912830
Fax: +49 (0)6167-912834

That was 2012! Chon-Jie-In Annual Plan

- Jan. 14, 2012 Myong Sang Winter-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Apr. 21, 2012 Myong Sang Spring-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Jun. 02, 2012 Springtime party at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Jul. 07, 2012 Myong Sang Summer-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Oct. 13, 2012 Myong Sang Spring-Meeting at 11 am and
- Dec. 02, 2012 Yard Bazar "Old & Young" at Center Dojang Darmstadt

Social Projects:

support by Chon-Jie-In e.V.

- Korean Diakonia Sisterhood social project a. o. "Han San Chon"
- Young and Old Together / Europe
- Stump Mission / Zambia
- Casa Verde / Peru

- local projects of Shinson Hapkido Dojangs / worldwide

The following pages show some short information from the social projects.

Donations for the social projects are cordially welcome

We give to all donators the certainty, that all donations will arrive to 100 percent their destination!

Chon-Jie-In e.V., Volksbank Darmstadt · BLZ 508 900 00 · Konto-No. 3688704
BIC GENODEF 1VBD · IBAN DE 82 5089 0000 0003688704
Keyword: social projects

Eine Bitte der Redaktion zu Sozialprojekten oder Spendenaktivitäten,
die in Eigenregie in den einzelnen Shinson Hapkido-Dojangs durchgeführt werden:

Wir bitten die DojangleiterInnen bzw. Verantwortlichen darum,
der Redaktion frühzeitig Informationen über die speziellen Projekte zur Verfügung zu stellen.

Support of Local Social Projects by Shinson Hapkido Dojangs

In addition to the already mentioned project sponsorships, Shinson Hapkido Dojangs support local social projects. For example the support of the emergency rescue services red cross section Bütgenbach / Belgium, the "Tafel" in Tübingen / Germany, or the "Kleinwerkheim Schmetterling" for disabled people in Cham/Switzerland ...

The funding and support takes place by collecting donations and by the benefit of the annual summer camp show.



Old and Young together / Europe

Under this motto many Shinson Hapkido members work for others around Shinson Hapkido dojangs.

Nowadays the life is determined by the profession, the contact with people in other living situations and the feeling for human realities such as age, disease and death often gets lost especially with young people. Many seniors live a lonely life without sufficient social contacts

Here the project "Old and young together" wants to make contact again, because the Shinson Hapkido members assume, that we are "One" and the younger generation has to thank a lot the previous generation, they try not to forget the needs of older people. Finally, we all will be old!

Within visits, time is spent listening to the seniors, drink coffee together, sing and laugh. Also bedridden seniors will be visited, gifts, kind words, affection and attention nbe given. This is been realised by Shinson Hapkido Dojangs such as Darmstadt, which visits the Senior Center Ohlystift in Gräfenhausen annually. The seniors are also invited to events (in Darmstadt to the yard bazaar, year-end celebration). The benefits of the annual yard bazaar at the Center dojang will be partly donated for the care for the elderly.

Lokale soziale Projekte von Shinson Hapkido Dojangs

Neben den schon genannten Projektpatenschaften werden auch örtliche soziale Projekte der Shinson Hapkido Schulen unterstützt. Das kann z. B. die Unterstützung des Notrettungsdienstes der Rot-Kreuz-Sektion Bütgenbach / Belgien, die Unterstützung der „Tafel“ in Tübingen / Deutschland oder auch das Kleinwerkheim "Schmetterling" für behinderte Menschen in Cham/Schweiz sein ...

Die Finanzierung und Unterstützung erfolgt durch Spendensammlungen und durch Erlöse aus Shinson Hapkido Veranstaltungen wie z. B. der Benefiz-Show im Rahmen des jährlichen Shinson Hapkido Sommerlagers.

Alt und Jung zusammen / Europa

Viele Shinson Hapkido Mitglieder arbeiten unter diesem Motto in der Umgebung der Shinson Hapkido Schulen.

wir „Eins“ sind und berücksichtigen, dass wir Jüngeren den vorangehenden Generationen viel zu verdanken haben, versuchen sie die Bedürfnisse alter Menschen nicht zu vergessen. Schließlich werden wir alle einmal alt!

Bei Besuchsterminen wird Zeit investiert um den Senioren zuzuhören, gemeinsam Kaffee getrunken, gesungen und gelacht. Auch die Bettlägerigen auf Station werden aufgesucht, beschenkt und mit freundlichen Worten, Zuneigung und Aufmerksamkeit bedacht. Dies wird von einigen Shinson Hapkido Schulen realisiert, etwa in Darmstadt, wo regelmäßig das Seniorenzentrum Ohlystift in Gräfenhausen besucht wird. Die Senioren werden außerdem zu Veranstaltungen eingeladen (in Darmstadt zum Hofbasar, Jahresabschlussfeier). Der Erlös des jährlichen Darmstädter Hofbasars wird teilweise zugunsten der Altenhilfe gespendet.

Der Alltag wird für viele von uns heute meist einseitig vom Beruf bestimmt, der Kontakt zu Menschen in anderen Lebenslagen und das Gefühl für menschliche Realitäten wie Alter, Krankheit und Tod geht besonders jungen Leuten vielfach verloren. Viele Senioren leben vereinsamt ohne ausreichende soziale Kontakte. Wenn sie ihre vertraute häusliche Umgebung verlassen und in ein Heim umziehen, müssen sie mit dieser großen Veränderung umgehen, was besonders dann schwer fällt, wenn Kinder und Verwandte wenig Zeit für sie haben.

Hier setzt das Projekt „Alt und Jung zusammen“ an: Da die Shinson Hapkido Mitglieder davon ausgehen, dass

Dojang Darmstadt zu Gast im Ohlystift

Unter dem Motto „Alt und Jung gemeinsam“ fand der alljährliche Besuch im Frühsommer statt – mit Besuch auf den Zimmern der Bettlägerigen, Kaffeeklatsch, gemeinsamem Singen und kleinem Musikprogramm in großer Runde.

Mit zirka 950 Euro konnte der Dojang Darmstadt aus dem Erlös des vorweihnachtlichen Hofbasars 2011 die Anschaffung neuer Tische für den Außenbereich des Seniorenheims in Gräfenhausen unterstützen.



Korean Diakonia Sisterhood



Project: Han San Chon in Muan

Han San Chon is a medical and social care facility for people who suffer of tuberculosis seriously and other needy people in Korea. The project is supported by the Korean Diakonia Sisterhood, an evangelical order of sisters.

Patients with incurable tuberculosis who fall through the social network find at Han San Chon a home and if they die – a final resting place. Dying people, who have no one else, are lovingly maintained and can die with dignity.

In addition, scholarships are awarded to allow destitute young people a professional future. In addition, the sisters help needy seniors, for example with a free lunch and take care of orphaned or neglected children, sick and disabled persons.

Due to the acquaintance of Sonsanim Ko. Myong with the Diakonia Sister Rhee Shinson Hapkido came into contact with this highly committed form of social work in 1986 and since then supports the project of Han San Chon specifically.

The latest collected donations could be passed during the 14th Koreatour in personally.

Projekt: Han San Chon in Muan

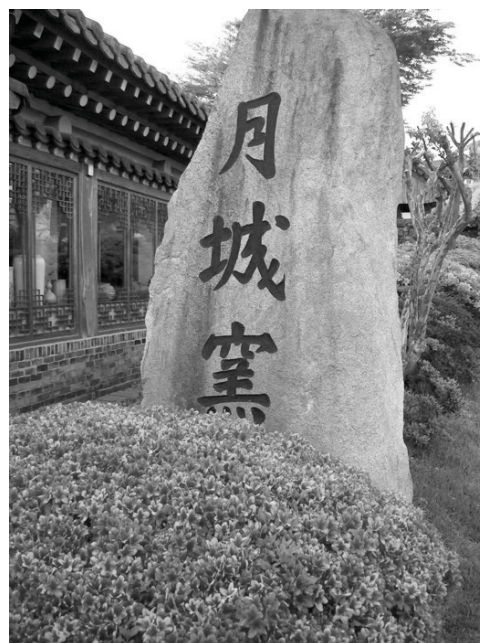
Han San Chon ist eine medizinische und soziale Betreuungseinrichtung für Menschen, die an Tuberkulose erkrankt sind, sowie kranke und sonstige hilfsbedürftige Menschen in Korea. Der Träger dieses Projektes ist die Koreanische Diakonia Sisterhood, ein evangelischer Schwesternorden.

In Han San Chon finden erkrankte Patienten, die ansonsten durch das soziale Netz fallen, ein Zuhause und – wenn sie sterben – ihre letzte Ruhestätte. Todkranke Menschen werden liebevoll betreut und können in Würde sterben.

Daneben werden Stipendien an mittellose junge Menschen vergeben, um ihnen eine berufliche Zukunft zu ermöglichen. Außerdem helfen die Schwestern bedürftigen Senioren, und kümmern sich um verwaiste oder vernachlässigte Kinder, Kranke und Behinderte.

Durch die Bekanntschaft von Sonsanim Ko. Myong mit Schwester Rhee der Diakonia Sisterhood kam Shinson Hapkido 1986 in Kontakt mit dieser sehr engagierten Form von Sozialarbeit und unterstützt seitdem speziell das Projekt Han San Chon.

Im Zuge der Koreareise 2012 konnten die zuletzt gesammelten Spendengelder persönlich übergeben werden.



Ein Dankeschön per Brief von der koreanischen Diakonia Sisterhood vom 20. März 2012

An die Internationale Shinson Hapkido Association mit Sonsanim Ko. Myong als Leiter:

Wir danken Ihnen von ganzem Herzen für Ihre Unterstützung in Höhe von 3.000 Euro, die wir am 18. Oktober 2011 gut und sicher erhalten haben. Seien Sie alle in Gottes Gnade!

Mit lieben Grüßen,

Ihre

*Schwester Young-Sook. Ree
Oberin der koreanischen
Diakonia Sisterhood*



Stump Mission, Lusaka / Zambia

The Stump Mission in Lusaka / Zambia has become a blessing in a large region in Africa.

A small medical clinic, a school and a kindergarten were built under the supervision of Mrs and Mr Huh. In Zambia, the average life expectancy has fallen under the age of 35, while the country itself has all requirements To be able to stand on its own feet economically and to feed its own people. By the Stump Mission medical care the latest cholera outbreak could be managed without major impact on the people in this area.

Without the regular help from Europe, by many Shinson Hapkido members and friends, this project would be at risk.

The funds are needed for medical care, because there is no health insurance in Zambia usually. The help is specifically intended for children. The support of a kindergarten, a school and a children's hospital is very important.

Die Stump Mission in Lusaka/ Sambia ist für eine große Region in Afrika ein Segen für viele Menschen geworden.

Unter der Leitung des Ehepaares Huh entstand eine kleine medizinische Klinik, eine Schule und ein Kindergarten. In Sambia beträgt die durchschnittliche Lebenserwartung unter 35 Jahre und das in einem Land, das eigentlich alle Voraussetzungen hat wirtschaftlich auf eigenen Beinen zu stehen und die eigene Bevölkerung zu ernähren. Durch die Klinik und die medizinische Vorsorge ist der letzte Choleraausbruch ohne größere Auswirkungen an den Menschen in der Gegend um die Stump Mission vorüber gegangen.

Ohne die regelmäßige Hilfe aus Europa, die von vielen Mitgliedern des



Shinson Hapkido und von Freunden geleistet wird, wäre dieses Projekt in Gefahr.

In Sambia gibt es keine Krankenversicherung und die Gelder werden für die medizinische Versorgung benötigt. Die Hilfe ist speziell für die Kinder gedacht zur Unterhaltung eines Kindergartens, einer Schule und eines Kinderkrankenhauses.

Greetings from Stump Mission, Lusaka, Zambia



Dear Brothers and Sisters of Shinson Hapkido,

it has been long time to greet you. Sorry for that!

We are fine here, hope everybody is all right too!

Just before I could read the e-mail from Mr. Ko., he has mentioned about the contribution for Zambia ministry. Thank you so much! You never forget us and keep on supporting us.

With you prayer Kazemba clinic, preschool and Chisomo hospital are running well. Specially Chisomo hospital – please don't think it big – it's a very small hospital – is developing little by little.

Our gracious God has always been leading it to His way. It is still young and needed a lot of things but we know God is providing one by one in His time.

Our gracious God has always been leading it to His way. It is still young and needed a lot of things but we know God is providing one by one in His time.

Dear fellow workers in our Lord, wish you always be well and happy! Thank you again for sharing your love with us! God bless you!

Yours

James and Janet Huh
on Sunday, 4th of March, 2012



Blansal - Casa Verde, Arequipa / Peru

The Organization Blansal was founded in 1997 by Volker Nack and his wife Dessy in Arequipa / Peru. It was set up for street children, who have to beat through life without family, who display behavioural problems due to various traumatic experiences and have both physical and mental injuries. Blansal offers them a fresh start.

Thus, Casa Verde was born, which offers up to 25 children/young people a home now. Within a family environment the values such as mutual respect, responsibility, and respect for themselves and others are to be conveyed.

In Casa Verde, it is ensured that the children receive an education and professional training and furthermore addition knowledge in the housekeeping domain. Trained professionals will accompany them by dealing with their mental and physical injuries but not least, to set the turnout for a positive future.

Blansal covers the following activities as a social holding organization: Support/supply; Diet, health and hygiene; education and leading to a profes-

sional education; psychological accompanying in cases of psychological and physical violence; preventive measures of regarding sexual violence. All this will benefit needy children and families in Arequipa and meanwhile in some other places also .

1997 wurde die Organisation Blansal von Volker Nack und seiner Frau Dessy in Arequipa/Peru gegründet. Sie wurde für Straßenkinder eingerichtet, die sich ohne Familie „durchs Leben schlagen“ müssen, die wegen traumatischer Erlebnisse verhaltensauffällig geworden sind und sowohl physische wie psychische Verletzungen aufweisen. Mit Blansal soll ihnen ein Neuanfang ermöglicht werden.

So entstand Casa Verde, das bis zu 25 Kindern/Jugendlichen ein Zuhause bietet. Im „familiären Rahmen werden Werte wie gegenseitiger Respekt, Verantwortungsbewusstsein und Achtung vor sich selbst und vor anderen vermittelt.

In Casa Verde wird dafür gesorgt, dass sie eine Schul- bzw. Berufsausbildung und auch Kenntnisse in haus-



wirtschaftlichen Bereichen erhalten. Geschulte Fachkräfte helfen bei der Aufarbeitung ihrer psychischen und physischen Verletzungen um nicht zuletzt Weichen für eine positive Zukunft zu stellen.

Blansal umfasst als soziale Dachorganisation folgende Aktivitäten: Betreuung/Versorgung; Ernährung, Gesundheit und Hygiene; Bildung und Hinführung zur beruflichen Ausbildung; psychologische Begleitung in Fällen von psychologischer und physischer Gewalt; präventive Maßnahmen bezüglich sexueller Gewalt. All dies kommt Not leidenden Kindern und Familien im peruanischen Arequipa und inzwischen auch in einigen anderen Orten zugute.



One Year in Europe – The Poor in Peru in the Meaning

Volker Nack is founder and leader of Peruvian street children-program "Casa Verde". He is a 2nd Dan and linked to Shinson Hapkido over many years. Currently Volker lives, works (in his original profession as a social worker) and trains in Darmstadt. The purpose of the one-year stay in the old home is the stabilization of the entire project "Blansal".

The chaotic development on the international financial markets and especially the dollar and euro drop, affected unfavorably to the finance situation of „Blansal“ already for some time. To take countermeasures and to increase the donation emerge (saving regular donations, recruiting new givers and caring for old contacts intensively) Volker decided to invest twelve months.

Volker offers to introduce the work of Blansal, by going to Shinson Hapkido Dojangs, which want to organize a Casa Verde evening.



Ein Jahr Europa – die Armen in Peru im Sinn

Volker Nack, Träger des 2. Dans und Shinson Hapkido viele Jahre verbunden, ist Gründer und Leiter des peruanischen Straßenkinder-Programms „Casa Verde“. Derzeit wohnt, arbeitet (in seinem eigentlichen Beruf als Sozialarbeiter) und trainiert Volker in Darmstadt. Zweck des einjährigen Aufenthaltes in der alten Heimat ist die Stabilisierung des gesamten Hilfsprojektes „Blansal“.

Die chaotische Entwicklung auf int. Finanzmärkten und speziell der Dollar- und Euro-Verfall, wirkt sich schon seit einiger Zeit ungünstig auf die Finanzen von „Blansal“ aus. Um hier gegenzusteuern und das Spendenaufkommen aufzustocken (Sicherung regelmäßiger Spenden, Anwerbung neuer Geber und zur Pflege alter Kontakte) hat Volker beschlossen, zwölf Monate zu investieren.

Volker bietet an, Shinson Hapkido-Dojangs zu besuchen, die einen Casa Verde Abend veranstalten wollen, um die Arbeit von Blansal vorzustellen.

Interested parties please contact directly
vnack@blansal-casaverde.org
volker.nack@shinsonhapkido.org

Online Information to Blansal - Casa Verde
www.blansal-casaverde.org

Meditationsweekend mit Sonsanim Ko. Myong, 18. - 19. Februar 2012 in CH-Morschach



Am Samstagmorgen um 8.00 Uhr ging es endlich los, das lang ersehnte Meditationsweekend mit Großmeister Ko. Myong. Das Wetter zeigte sich von der freundlichsten Seite. Glitzender Schnee, Sonnenschein und Shinson Hapkido-Menschen die miteinander ein paar schöne Stunden verbringen durften.

So gab es zuerst von Kyosanim Gise-la, unserer Organisatorin, eine halbe Stunde Gymnastik. Dann führte uns Sonsanim Ko. Myong in die Kunst der Meditation ein. Für mich ein völlig unbekanntes Gebiet. Ich versuchte, die bequemste Stellung einzunehmen, und ließ mich auf das Abenteuer Meditation ein. Doch schon nach kurzer Zeit hatte ich den unglaublich heftigen Drang, meine Beine zu bewegen ... und tausend Gedanken schossen mir durch den Kopf ... und ach ja, es wäre

so schön, wenn ich mich doch hinlegen könnte ... denn eine bleierne Müde überfiel mich ...

So freute ich mich umso mehr, anschließend meinen Körper, meinen Geist und meine Seele in der traumhaften Winterlandschaft beim

Schneeschuhtour zu bewegen. Wir alle funkelt und glitzerten mit dem Schnee um die Wette. Sonsanim juckte das Herz dermaßen in der Brust, dass er kurzerhand die Route verließ und sich voller Wonne in den tiefen Schnee fallen ließ.

Nach dieser phantastischen Schneeschuhtour hatten wir freie Zeit zur Verfügung. So machten die einen sich für das "Irishchrömis" bereit, die anderen holten sich ein Wohlfühlprogramm in der Sauna und wieder andere frönten im Whirlpool und bei den Massagedüsen dem weltlichen Dasein. Den Abschluss des Tages krönten wir noch mit einem feinen Abendessen.

Am Sonntag starteten wir mit einer Morgenmeditation in den Tag. Der Regen tröpfelte fröhlich auf das Dach.

Danach genehmigten wir uns ein fürstliches Frühstück somit waren wir gestärkt um Sonsanim Fragen über Meditation zu stellen.

Die persönlichen Gespräche mit Sonsanim fanden reges Interesse und wurden sehr geschätzt. So will ich nur noch eines loswerden, jenes, das mir am meisten blieb:

Die Reise zu unserem Herzen. Den Kontakt zum Innern fördern, Gespür für Natur und Selbsterkenntnis. So schöpfen wir den Kontakt zum eigenen Innern.

Christa Gisler, Dojang Schwyz



Exampel for the Flow of a Myong Sang Hour

Time	What		Meaning
5.45 – 6.00	Arrival and preparation		Arrive in quiet, loosen up with gentle relaxing moves , take a pleasant position, if possible sitting
6.00 – 6.30	Myong Sang/ Meditation	3 times „clapping " (with hands, gong, bamboo, or tapping)"	3 times clapping: Heaven – Earth – Human Chon – Jie – In is One "We go along a path"
6.30 – 6.40	Ki-Doin	1 time „clapping“	1 time clapping „All belongs together“, „Awaken“ then light relaxation gymnastics
6.40 – 6.55	Namun		Time for exchange of ideas and questions
6.55 – 7.00	Completion Meditation	2 times „clapping“	Contemplation / "Digestion" / Processing
7.00	Goodbye	3 times „clapping“	1 st time „awaken“ 2 nd time „calling“ (addressing) and 3 rd time „sending back“ (participants are released into everyday life)

Announcement - Myong Sang in 2013



Chon-Jie-In Meetings for the Four Seasons 2013



Chon-Jie-In invites you to its Myong Sang meetings in the rhythm of the four seasons taking place in Webern. Myong Sang gives you the opportunity to look within yourself, to find rest and to let nature and humans become one.

It is our aim to shorten the distance between nature and mankind and to shorten the distance between mankind and Do. Sonsanim Ko, Myong accompanies these meetings.

Myong Sang Meetings 2013 (from 11 a.m. to 3 p.m.)

- Winter January 05
- Spring April 20
- Summer July 06
- Autumn October 19

Int. Family Spring Party with Korean art exhibition on June 06, 2013 at the Chon-Jie-In House in D-Webern

(The meetings are free of charge; a donation for the projects of the CJI association is welcome. Maximum 30 participants, from the age of six. Meditation takes place in nature and inside the house. Please bring suitable clothing for inside and outside.)

More information: Phone: +49-(0)69-35357738 (Detlef Fischer, CJI e.V.) email: detlef.fischer@shinsonhapkido.org
Address: Chon-Jie-In Haus (Elternhaus von Shinson Hapkido), Brandauer Weg, D-64397 Webern, Phone/Fax: +49-6167-9128-30/-34



Chon-Jie-In House and Shinson Hapkido Dojang in Incheon, Korea, opens



With a celebration and a Shinson Hapkido demonstration of the participants of the Korea tour 2012 the new Chon-Jie-In House with Shinson Hapkido Dojang was opened on September 06, 2012 in Incheon.

This new place shall serve the continuation and expansion of the international activities of Shinson Hapkido.

Chon-Jie-In Haus und Shinson Hapkido Dojang in Incheon, Korea, eröffnet

Mit einer Feier und einer Shinson Hapkido-Vorführung der Teilnehmer der Koreareise 2012 wurde das Chon-Jie-In Haus mit Shinson Hapkido Dojang in Incheon am 6. September 2012 eingeweiht.

Diese neue Stätte soll der Fortführung und Erweiterung der internationalen Aktivitäten von Shinson Hapkido dienen.



Dojang Griesheim: Kirschblütenfest der Budo-Abteilung – ein voller Erfolg!

Am 22.4.2012 fand in der im asiatischen Stil dekorierten und frühlinghaft geschmückten Hegelsberghalle das erste Kirschblütenfest statt. Als Schirmherrin der Veranstaltung eröffnete die Bürgermeisterin Frau Gabriele Winter das Fest.

Zahlreiche Besucher waren gekommen und verfolgten mit großem Interesse die Darbietungen der verschiedenen Kampfkünste Shinson Hapkido, Aikido, Judo, Kendo und Vingtsun, die im TuS Griesheim angeboten werden. Mit viel Engagement und sichtlichem Spaß präsentierten die Beteiligten von jung bis alt und vom Anfänger bis zum Schwarzgurt ein breites Spektrum an Selbstverteidigungs- und Kampftechniken. Viele Besucher vor allem aber die Kin-



der nutzten beim Mitmachtraining die Möglichkeit, die vorgeführten Kampfkünste auch selbst einmal auszuprobieren.



Ein buntes Rahmenprogramm bot den Besuchern über den ganzen Tag vielfältige Abwechslung. Während die Kinder viel Spaß und Geduld bei den Papierfalttechniken Origami und Tangrami und beim Manga zeichnen zeigten sowie ein Budo-Quiz lösten, waren an den Ausstellungsständen die Erwachsenen mit Büchern, Kimonos und Info-

tafeln der einzelnen Kampfkünste beschäftigt. Für Groß und Klein waren die Taiko Trommler und die Kyudo Bogenschützen ein Ohren- und Augenschmaus. Aus der Küche wurden die Besucher mit frisch zubereiteten asiatischen Speisen bestens versorgt, und eine reichhaltige Kuchentheke stand für den Nachtisch und für den kleinen Hunger zwischendurch bereit.

Impressionen des Kirschblütenfests sind auch als Film anzuschauen! unter <http://vimeo.com/50558704>

Christine Hammerschmidt,
Martina Vetter,
Dojang Griesheim

aus der online-Redaktion "Vorsprung" des Main-Kinzig Kreises

Gesundheitstage mit Dojang Hasselroth am 22. Mai 2012

Dass gesunde Lebensweise richtig Spaß machen kann, erlebten am 22. Mai 2012 die Schüler der 8. Klassen des Grimmelshausen Gymnasium bei den dortigen Gesundheitstagen.

Jürgen Bäckmann, 1. Vorsitzender und einer der vier Lehrer des Shinson Hapkido Hasselroth gab einen kleinen Einblick in das Training der koreanischen Kampfkunst. Sechs Schülergruppen zu je 35 Minuten sind auch für den erfahrenen Lehrer nicht alltäglich. Das Training ist ihm Herzensangelegenheit, für die er sich extra Urlaub nahm. Jeder Kurs hatte einen anderen Themenschwerpunkt. So lernten die einen, wie man sich geschickt aus einem festen Griff befreit, andere wiederum Kampftechniken wie Fußtritte, Handhebel oder richtiges Fallen. Weitere Trainingsschwerpunkte wie Aufwärmen, Meditation

und die richtige Atmung wurde allerdings in allen Gruppen kurz gezeigt.

Auch die Lehrer waren sichtlich begeistert, schließlich ist Shinson Hapkido mehr als nur Kampfsport. Bei 35 Minuten Training pro Klasse konnte natürlich nur ein geringer Bruchteil gezeigt werden. Alle die das Training vertiefen wollen, sind recht herzlich eingeladen das Training im Gondsrother Vereinsheim mit den anderen Aktivitäten unverbindlich auszuprobieren. Da Anfang Juni wieder Prüfungen stattfinden, gibt es im Anfängertraining viele freie Plätze. Der Einstieg ist jetzt ideal.

Shinson Hapkido ist eine ganzheitliche Bewegungskunst, welche die traditionelle koreanische Kampfkunst mit den Lebensweisheiten und Gesundheitslehren der asiatischen Naturheilkunde verbindet. Trainingsin-

halte sind Selbstverteidigung, Entspannungsübungen, Energie- und Atemschule, Konditionstraining.

Mitmachen kann jeder!

Anfängertraining Montag 18.30 Uhr, weitere Trainingszeiten unter www.shinsonhapkido-hasselroth.de





Herz und Atem, Champager- und „Dobok“-Torte – es ging um die Essenz!

Am Freitagabend und am Samstagvormittag (13. und 14.04.2012) führte Sonsanim Ko. Myong zunächst ein Training für die Dan-TrägerInnen durch. Am Samstagnachmittag fand das Gemeinschaftstraining statt, die Teilnahme war für jedeN möglich, es waren keine Vorkenntnisse erforderlich.

Dieser offene Rahmen wurde mehrfach genutzt, es kamen Gäste aus anderen Kampfkünsten, InteressentInnen, die bisher gar keine Kampfkunst trainierten und TeilnehmerInnen unserer Heilgymnastikgruppe. Insgesamt waren ca. 40 Menschen im Alter zwischen zwei Monaten und 75 Jahren auf die Matte!

Die Mischung der TeilnehmerInnen war bunt und das passte gut zum Training, dessen Ziel es war Chong Jie In-Bewegungen mit Kampfkunst zu verbinden. Es ging also nicht um das Erlernen von komplizierten, anspruchsvollen Techniken, sondern um die Essenz:

Wie kann ich Verteidigungstechniken praktizieren und mich auf mein Herz und meinen Atmen einlassen? Das Herz ist völlig unberührt von Techniken und Gürtelfarben!

Am Abend gab es dann eine gemeinsame Feier in einem sehr schönen Kellergewölbe bei dem sich verschiedene Shinson Hapkido-Generationen trafen und Wien seinem auf den letzten Sommerzeltlagern erworbenen Ruf, ausgesprochen gutes Essen zu bereiten (erwähnt sei nur die Champagnertorte und die „Dobok-Torte“, die feierlich zerschnitten werden musste, sowie der arrangierte Blumenschmuck), wieder einmal bestätigte.

Elisabeth Brousek, Dojang Wien



Shinson Hapkido "Töff-Tour" in der Schweiz vom 8. - 9. Juni 2012



Durch den mondänen Ort gekurvt und dann hinauf ...

Häufig kommt es anders als man plant. Vorgesehen war, mit den angemeldeten Teilnehmern von Cham aus in unser Ferienhaus in den Bündner Bergen zu fahren und dort auf dem Feuer ein ordentliches Steinpilzrisotto zu kochen. Danach sollte die Tour Samstag früh über den San Bernardino, durchs Centovalli, über den Simplon nach Brig und dann über Grimsel und Susten nach Cham zurückführen. Der Wettergott hatte es aber so eingerichtet, dass die geplante Tour fast vollständig im Regen bzw. im Schnee hätte stattfinden müssen.

Also: Wetterkarten studieren und zwei Stunden vor Abfahrt eine andere Route bestimmen. Nach Westen war das einzig Richtige. So fuhren wir aus der Regenfront hinaus ins Entlebuch. Der Regen war nach einer halben Stunde Fahrt gegessen und wir erreichten die Passhöhe des Schallenberg trocken und wärmten uns bei ei-

nem Café Weichei (gesponsert von Thomas), der aus administrativen Gründen nicht mitfahren konnte, was wir ihm aber als Weichheit vor dem Regen auslegten. Abends erreichten wir die schöne Stadt Thun am gleichnamigen See. Dann bezogen wir unsere vorbestellten Zimmer im Hotel Gwatt, welches in einer wunderschönen Parkanlage direkt am See liegt. Essen, früh ins Bett und beten für einen sonnigen Samstag.

So war es dann auch wie bestellt, zwar noch teilweise bewölkt aber trocken und angenehme Temperatur zum Fahren. Durchs Simmental hinauf nach Zweisimmen, dann links weg ins Saanenland bis hinaus zu den Bonzen von Gstaad. Einmal durch den mondänen Ort gekurvt und dann hinauf zum Col du Pillon. Hier im Kanton Waadt, wo es die besten Weine der Schweiz und die schönsten Frauen (meine Aussage) gibt, genossen wir einen Café mit Croissant und entschieden uns gemeinsam, noch einen Pass zusätzlich anzuhängen, weil wir so gut in der Zeit waren.

Also nahmen wir den Col de la Croix, mit 1768 Metern ü. M. das Dach unserer Tour, unter die Räder. Ein herrlicher Blick ins Rohntal belohnte den Umweg. Vorbei an den Mauern von

Aigle ging's dann nordwärts Richtung Bulle. Oben auf dem Jaunpass nahmen wir an der Sonne unser Mittagessen ein. Die Gesäßmuskeln juckten inzwischen, denn es war für uns alle die erste Tour dieses Jahres. Für Joey Ulrich sogar die erste Fahrt auf dem großen Motorrad. Er hat seine Sache aber sehr gut gemacht und kann seiner Prüfung gelassen entgegensehen. Weil wir von Bu-Sabornim Thomas noch etwas Geld übrig hatten, genehmigten wir uns im Café Brienerbuurli am Brienersee noch einen Coup – „Eisbecher“ wie unsere nördlichen Nachbarn das auch nennen.

Ab Brienz übergab ich die Führung an Markus Bissig, der uns routiniert über den Brünig und durch den Wirrwarr der Straßen von Luzern führte. Vor Meierskappel trennte er sich von uns. Bu-Sabornim Marcel musste noch tanken und so trennten sich unsere Wege in Rotkreuz. Um halb sechs war ich zuhause, dankbar dass die Tage wiederum unfallfrei und am Samstag ohne einen Tropfen Regen zu Ende gehen durften.

Otto Geiger, Dojang Zug



Lehrgang des Dojang Wien, 7. - 9. September 2012

Wetter, Wasser, Wiese

„Raus aus der Stadt und weit weg!“ dachten wir uns und machten uns auf den Weg nach Laßnitz. Familientauglich wollten wir das Wochenende, damit auch wirklich jeder dabei sein kann. Shinson Hapkido wollten wir lernen und die Natur wollten wir fühlen.

An Laßnitz gefallen uns die bewaldeten Berge ringsherum, die Ruhe, die kräftige Sonne unter Tags und die kalten Morgen zum Munterwerden beim ersten Training.

Der Sportplatz wird unser Dojang, die Wiese riecht nach Thymian, die Bäume rauschen im Wind, man kann die Vögel hören und wenn die ersten Sonnenstrahlen den Platz erreichen, kann man die Wassertropfen an den Spinnennetzen glitzern sehen. Dann und wann kommt auch eine Katze vorbei, vermutlich um sich etwas anzueignen, womit man den Mäusen das Fürchten lehren kann.



Ganz anders war der Klomnock, der von uns bestiegene Berg. Dort wachsen keine Bäume mehr, der Wind fühlt sich an, als ob er noch einmal Schwung holen würde, um über die Alpen zu kommen und lässt dem Berg keine Wahl als dann und wann sein darunter liegendes Gestein zu zeigen.

Weil wir von diesen Eindrücken noch nicht genug gehabt haben, sind wir neben und über den Günstner Wasserfall spaziert. Eindrucksvoll donnert

das Wasser über mehrere Stufen über blanken Fels durch den Wald.

Zu guter Letzt stellt sich die Frage, welches die größte Urgewalt war: das Wetter, das dem Berg seine Gestalt gab, die gewaltigen Wassermassen oder unser Bu-Sabomnim Norbert Teufelbauer beim Shinson Hapkido.

Wer dabei war, kennt die Antwort ... seine persönliche.

Matthias Pucher, Dojang Wien1



One year "Bundesfreiwilligendienst" on the Philippines



Icecream for the Kids – after the Show was done

As a "weltwärts" volunteer of the GIZ (Gemeinschaft für internationale Zusammenarbeit), I spent one year on the Philippines, working together with the „Peace Agents Foundation“ (PAF) in the field of peace and conflict management. Most of the programs and projects facilitated by the PAF are related to the Japanese martial art Aikido. Although the Aikido Summer Class 2012 was moreover a holiday activity for children during their summer vacation than in a wider sense related to peace and conflict management, it was a great project and thus a nice experience for me to practice Aikido (and a little bit of Shinshon Hapkido) with the kids.

Warriors for Peace – Aikido Summer Class 2012

I was a bit skeptical, when I was on my way to the trial session for the Aikido Summer Class, which had not even been arranged by myself. Since, due to irregularities in the schedule of public facilities, it had proven very difficult to establish regular Aikido practices with other children in Bacolod before, I also expected the planned Aikido Summer Class to become a more or less similarly difficult endeavor. But as soon as I found myself sitting in front of about 20 eagerly looking children, my motivation rose at once. Some of the kids, all in the age from about seven to 14 years, had already taken part in Aikido Summer Classes in previous years. For others it was a totally new experience and so it was for me. For the remaining six weeks of summer holidays, we agreed on three Aikido practices per week.

The next week, almost all of the kids that had taken part in the trial session

came back for the first real practice. Fortunately, I had somebody with me, being able to speak both English and Ilonggo fluently, since my still limited Ilonggo skills would prepare me a hard time in explaining the kids what they were supposed to do. When, in later weeks I would be

teaching without an assistant, I used my Ilonggish (Ilonggo + English) as well as I was able to. This mix of languages worked out pretty well, too.

I guess the children must have liked our practice a lot, and so did I, since the list of names that I had begun in the trial session increased from 20 to 35 names in only two weeks. It was always fun to practice with them. Although for the instructors often chaotic and nerve-jangling a bit, I usually was in a very good mood when I got home in the evening.

After a warm-up and playing session in the beginning of each practice, the children were taught how to fall properly, as well as basic self defense techniques together with a partner. Furthermore, an important thing when training Martial Arts is always the way how one treats his or her partners. A respectful contact with all participants should always be realized and so we showed the kids how to bow to their partners before they would train together. Bowing is being used as a sign of respect which has different meanings, for example "What can I do for you"; "Can I borrow your body/May I train with you"; "You and I, we are One"; and the like. Even after years of practice, one might not be able to really understand the actual meaning behind that. Anyway, to practice with other people, to touch them without using violence but being respectful is a nice experience, though.

After some trainings the idea had shown up, to let the Summer Class

present what they would have learned in the Aikido classes. This was supposed to happen in form of a presentation which would take place on the weekend after the last practice. Parents, friends and relatives should be invited to watch the show as well. I was very pleased with the idea and instantly started to develop a little program, similar to ones which I knew from little shows that I had taken part in before, myself. Parts of that program became permanent features of every single practice, so we got familiar to them, soon.

Finally, the culminating event was settled to be on a Sunday forenoon. Although it was really hot, the children proudly presented their warm-up program, their falling skills and self-defense techniques. Afterwards, all of them received an official "Aikido Summer Class – Certificate", stating



that they had successfully taken part in the Class. Very well fitting to the heat on that day was, that I had promised the kids icecream before, which they and some of the visitors enjoyed after the show was done.

In the end, I would like to thank the Niall O'Brien Center, Bacolod City for facilitating the Aikido Summer Class 2012. Also thanks to the Warriors for Peace Organisation and its President Noel Fuentes, who had informed the children of Espinos Village 2 for the Class and took part in the show himself, too. Once again, I really enjoyed the time which I spent with the kids and kindly would like to recommend the Aikido Summer Class to anyone, willing to implement it again in the upcoming years.

Moritz Elxnat, Dojang Darmstadt,
wwVolunteer with GIZ @
Peace Agents Foundation

Ankündigung: Shinson Hapkido Buch

Bewegung für das Leben / Movement for Life

Das neue Buch von Sonsanim Ko Myong ist ein einzigartiger Leitfaden für die Praxis des Shinson Hapkido. Es enthält u. a. detaillierte und reich bebilderte Beschreibungen aller Techniken des Shinson Hapkido-Grundausbildungsprogramms mit vielen wertvollen Übungstipps. Die Techniken werden unter fünf Kriterien betrachtet: korrekte Ausführung, gesundheitliche Wirkung, praktischer Nutzen, z. B. für die Selbstverteidigung oder im Alltag, Ästhetik und ganzheitliche Bedeutung.

Das Buch erscheint - leider sehr viel später, als ursprünglich geplant - voraussichtlich im Verlauf des Jahres 2013.

The Shinson Hapkido textbook for body and mind is a source of inspiration for all those who are involved in martial arts of all kinds, with the connection of movements and health or holistic methods of development and healing. It can also serve for interested laymen as a guide to a fulfilled daily life (...)

Much later than initially planned, the new book of Grand Master Ko. Myong will probably be published in 2013.

Olaf Siemann
EDV Beratung & Support

**Service entsteht
im Kopf**



Taunusstr. 2
D-64354 Zeilhard
Tel.: +49 61 62-69 25
Fax: +49 61 62-69 29
Mobil: +49 162-2 64 55 44

Mail: info@os-edv.com · Web: <http://www.os-edv.com>



Shinson Hapkido Boutique
offizielle Dobok's
und vieles mehr...



www.cji.ch
CJI ONLINE-SHOP



Diskussionsanstoß zum Thema "Bewegungskunst"

Warum sprechen wir von Shinson Hapkido als Bewegungskunst?

Der Begriff Kampfkunst ist sehr verbreitet. Mit diesem Begriff bemüht man sich, bestimmte Stile oder gar Konzepte vom herkömmlichen Begriff Kampfsport zu unterscheiden. Diese Unterscheidung scheint notwendig, denn der Begriff Sport ist in seinem Wesen nach außen hin gewendet.

Sport leitet sich ab aus "exportare", dies heißt: nach außen tragen. Dies impliziert zwar eine Bewegung von innen nach außen, doch dieses Innen wird nicht weiter bestimmt und bleibt unerkannt. Deshalb kann Shinson Hapkido nicht Kampfsport heißen. Ziel des Trainings von Shinson Hapkido ist die Entwicklung des Selbst, die Entwicklung der Menschlichkeit und die Entdeckung des eigenen Herzens. Shinson Hapkido Training führt nach innen und nach außen in die Gemeinschaft, die aber wiederum nach innen in das eigene Selbst wirkt.

Unabhängig davon bezeichnen sich viele Stile aus Ostasien mit dem Begriff Do. Auch dieser Begriff bleibt aber im Unbestimmten. Bestenfalls gibt es eine Herleitung oder Charakterisierung des Begriffes aus dem weiteren Namen des Stils. Bei einer konkreten Betrachtung findet man jedoch keine Erklärung des Begriffes Do, vielmehr scheint der Gebrauch recht willkürlich. Selbst wenn man Praktizierende dieses Stils nach der Bedeutung des Begriffes Do im Namen des Stils fragt, erhält man oft Antworten, die auf den technischen Bereich verweisen: zum Beispiel zur Art und Weise, wie bestimmte Techniken ausgeführt werden. Dieses Problem

der Unbestimmtheit des Begriffes Do ist jedoch kein Problem der Stile allein. Schon im Tao te King heißt es: das Do, von dem man reden kann, ist nicht das wahre Do ...

Dies führt vielleicht in den philosophischen Kern dieses Begriffes und in die Bedeutung dessen, was man tut, eignet sich aber nicht zur Charakterisierung und Unterscheidung von Begriffen wie Sport.

Deshalb hat sich in den letzten Jahren der Begriff Kampfkunst etabliert. Dieser wird häufig durch den Begriff Bewegungskunst ersetzt, um eine Fixierung auf den Begriff Kampf möglichst zu vermeiden. Der Begriffes Bewegungskunst führt von den vertrauten Bildern, die viele Menschen mit dem Begriff Kampfkunst verbinden, weg. Dies ist positiv, dadurch werden neue Türen geöffnet. Dennoch ist aber auch dieser Begriff sehr allgemein. Einerseits wird nicht ausgedrückt, welche Art von Bewegung ausgeführt wird. Auf der anderen Seite gibt es keine Klarheit über den Begriff Kunst. Im üblichen Selbstverständnis wird der Begriff Kunst in den Bereichen der Bewegungs- und Kampfkunst oft mit *Kunstfertigkeit* gleich gesetzt. *Kunstfertigkeit* hat jedoch einen eindeutig technischen Bezug und erklärt nicht den Begriff Kunst als solche.

Vielleicht gibt es jedoch eine Möglichkeit, die Bedeutung des Begriffes Kunst einen tieferen Verständnis zuzuführen.

Was macht Kunst zur Kunst?

Dazu ein paar Thesen ...



Über das technische Können hinaus muss Kunst vor allem drei Kriterien erfüllen:

1. Vollständigkeit
2. Originalität
3. Bewusstheit

Was meine ich mit diesen Begriffen?

1. Vollständigkeit, Ganzheit:

Kunst verlangt den ganzen Menschen (wer bin ich). Ein Kunstwerk entsteht erst, wenn der Künstler aus ganzem Herzen spricht, der Adressat sich im Herzen angesprochen fühlt. Ein Kunstwerk, das Menschen nicht anspricht, bleibt bedeutungslos. Dazu muss der Künstler jedoch sich als ganzen Menschen investieren. Im Westen sagt man mit Körper, Geist und Seele, im Shinson Hapkido jedoch bewegt man immer Ki (Energie), als Chong (Körper)-Ki, Saeng (Atem)-Ki und Shin (Geist)-Ki, hier wird die Einheit vielleicht noch deutlicher ausgedrückt.



Diskussionsanstoß zum Thema "Bewegungskunst "

Nur so nutzt der Künstler die Möglichkeiten, die seine Techniken bieten, um den ganzen Menschen an seinem Schaffen und seiner Idee zu beteiligen. Dies betrifft jede Kunst unabhängig vom Medium. Ich denke an dieser Stelle nicht nur an klassische Vorführungen, bildende Kunst oder Musik, sondern auch an Training als eine Form, in der sich der Künstler (Lehrer) und sein Publikum (Schüler) in einer besonders engen Gemeinschaft treffen und die Grenzen der verschiedenen Rollen aufheben. Das Medium funktioniert dabei wie eine Tür, die sich vom inneren Erleben des Künstlers zum Publikum hin öffnet und, im Idealfall, hin und her schwingen kann.

Ein Shinson Hapkido Training kann ein solcher idealer Fall sein.

2. Originalität

Aus der Ganzheit ergibt sich die Originalität. In seiner Entstehung ist jedes Leben etwas Einmaliges und Originales. Jedes Werk ist etwas Gemachtes, Hergestelltes und doch gleichzeitig etwas Lebendiges. Es wird neu geboren und stellt seinen (Geburts-) Prozess durch sich selbst dar. Zwar verschiebt technische Reproduzierbarkeit von Kunstwerken das Gewicht der Kreativität hin zum Betrachter, doch das Kunstwerk stiftet eine Einheit von Künstler und Publikum, die im medialen Charakter begründet liegt. Wenn ich tue, kommuniziere ich. Es ändern sich beide: Der, der tut und der, der wahrnimmt.

Die Einmaligkeit eines Trainings stellt eine ganze besondere Balance zwischen Lehrer und Schüler dar. Dies liegt im Zeitbezug eines Trainings: Ebenso wie ein Live-Konzert funktioniert es nur in der gegenwärtigen Situation. In der Erinnerung verändert es sich, in der Erwartung bleibt es unbestimmt und wird ein Erlebnis eines



Einzelnen. Das Wesen eines Trainings ist aber die Gemeinschaft, sonst kann man nicht von Training sprechen. Auch wenn ich allein trainiere, so hat die Umgebung Einfluss auf mein Tun. Dies trifft im Besonderen auch für eine Kampfsituation zu. Für den Freikampf darf es keine Erwartung geben, erwarte

ich Sieg oder Niederlage, bin ich nicht mehr frei. (Oft genug Grund für „Niederlagen“). Dies heißt nicht, dass Vergangenheit und Zukunft negiert werden. Ich muss ergründen, woher ich komme, wohin ich gehe. Doch Erwartung darf eine (Kampf-, Trainings-) Situation nicht bestimmen, sonst werden nur Ängste, unbewusste Wünsche oder vorhandene Machtgefüge verfestigt. Die Erkenntnis der Einmaligkeit dieser Situation aber öffnet für alle beteiligten neue Optionen. Kampfkunststrainer tragen aber häufig Gewalterlebnisse in sich und reproduzieren Machtverhältnisse. Als solche möchte ich sie aber nicht Künstler nennen.

3. Bewusstheit:

Durch das Erkennen meiner Situation wachse ich nun über die erlebte Gegenwart hinaus. Wir haben oben schon das Verhältnis von Vergangenheit und Zukunft erörtert. Im Training gibt es zum Beispiel oft Situationen, die Angst machen. Oft rührt diese Angst aber nicht aus der Situation selbst, sondern aus Vergangenem und Verdrängtem. Wenn ich dies erkenne, kann ich die Angst in der Gegenwart bearbeiten. Dies wird mein Verhalten in der Zukunft verändern. Habe ich mir aber diesen Vorgang einmal zunutze gemacht, kann ich



auch in Zukunft damit umgehen, ja sogar meinen Ausdruck und mein Handeln so gestalten, dass dies auch für andere Menschen erlebbar und nutzbar wird. Im o.a. Fall scheint dies eine therapeutische Situation zu sein.

Doch diesen Prozess der Selbsterkenntnis in der Herstellung eines Kunstwerks kennt jeder Künstler, und dies erkennen auch viele Betrachter. Warum dies so ist, muss an anderer Stelle behandelt werden. Jeder kreative Prozess, (für mich auch jedes Training), ist ein umfassender und einmaliger Akt des Erkennens. Zu sich selbst zurückweisend ein Akt der Selbsterkenntnis, aufgrund des medialen Charakters aber auch ein Akt, der die Umgebung und andere Menschen mit einbezieht.

Somit ist ein Training oder auch das Training einzelner Bestandteile wie z.B. ein Formlauf eine bewusste, einmalige und vollständige Kommunikation. Jedes Training fordert den ganzen Menschen, es findet in einer einmaligen Situation statt und entwickelt das Bewusstsein aller Beteiligten.

(So viel an dieser Stelle ...

In einer Fortsetzung möchte ich meine Gedankengänge weiter vertiefen)

Uwe Bujack, Dojang Hamburg 5

OFFICIAL INTERNATIONAL SHINSON HAPKIDO DOJANG-LIST

Int. Shinson Hapkido Association e.V., Liebigstraße 27, D-64293 Darmstadt info@shinsonhapkido.org, www.shinsonhapkido.org

International Center-Dojang in cooperation with Dojang Darmstadt 1, Liebigstr. 27 http://www.shinsonhapkido.de	Sonsanim Ko. Myong Joachim Krein	info@shinsonhapkido.org (4.Dan) info@shinsonhapkido.de	+49-(0)6151-294703 +49-(0)6151-997978
Shinson Hapkido Schools/Dojangs and Sections			
AUSTRIA http://www.shinsonhapkido.at			
Vienna 1, Pfeilgasse 42	Laszlo Martos	(3.Dan) wien1@shinsonhapkido.org	+43-(0)1-8775183
BELGIUM: http://www.shinsonhapkido.be			
Amel 1, Turnsportzentrum Amel	Kurt Brück	(4.Dan) amel1@shinsonhapkido.org	+32-(0)80-642624
Elsenborn 1, Sporthalle Herzebösch	Martin Backes	(3.Dan) elsenborn1@shinsonhapkido.org	+32-(0)80-341242
Eupen 1	Arthur Hönen	(3.Dan) eupen1@shinsonhapkido.org	+32-(0)80-444287
St.Vith 1	Dora Hönen	(3.Dan) st.vith1@shinsonhapkido.org	+32-(0)80-330903
DENMARK http://www.shinsonhapkido.dk			
Århus 1, Elise Smiths Skole, Ny Munkegade 13	Høgh/Pedersen	(2.Dan) aarhus1@shinsonhapkido.org	+45-(0)20-628899
Holbæk 1, Roedsvej 10	Frank Larsen	(3.Dan) holbaek1@shinsonhapkido.org	+45 (0)2222-2087
Hvidovre 1, Strandsmark's Skolen	Torben Bruun	(2.Dan) hvidovre1@shinsonhapkido.org	+45-(0)617-18143
Kalundborg 1, Tømmerup Skole	Michael Eibye	(2.Dan) kalundborg1@shinsonhapkido.org	+45-(0)59-183124
Roskilde 1, Sonderlundvej	Jorgen Christiansen	(3.Dan) roskilde1@shinsonhapkido.org	+45-(0)59-437817
GERMANY			
Aachen1 (Oh Sang), In der Kulturfabrik, Oranienstr.9	Christoff Guttermann	(3.Dan) aachen1@shinsonhapkido.org	+49-(0)2408-1457523
Bad Belzig 1 (Gong Dong Che), Rosa-Lux.-Str. 28c	Ralf Bodenschatz	(3.Dan) badbelzig1@shinsonhapkido.org	+49-(0)160-91877476
Bad Emstal 1, Schulsporthalle	Egidio Pantaleo	(2.Dan) bademstal1@shinsonhapkido.org	+49-(0)5624-1087
Berlin 1, Paul-Lincke-Ufer 41	Horst Bastigkeit	(3.Dan) berlin1@shinsonhapkido.org	+49-(0)30-61280596
Berlin 1, Section Friedrichshain	Markus Keck	(3.Dan) sek.friedrichshain1@shinsonhapki-	+49-(0)30-61621077
Bremen 1 (Bonjil e.V.), Waller Heerstr. 110	Ruth Arens	(3.Dan) bremen1@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-43274311
Darmstadt 1, Liebigstr.27	Joachim Krein	(4.Dan) darmstadt1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6151-997978
Darmstadt, Section TU, Hochschulsportzentrum	Ulrich Schmieder	(1.Dan) sek.darmstadt-tu1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6151-6799149
Darmstadt, Section Paderborn, TU-Sportzentrum	Susanne Kimmich	(2.Dan) sek.paderborn1@shinsonhapkido.org	+49-(0)177-2822523
Erbach 1, Turnhalle Erlenbach	Günther Lust	(2.Dan) erbach1@shinsonhapkido.org	+49-(0)175-4620694
Eutin 1	Torsten Weiß	(2.Dan) eutin1@shinsonhapkido.org	+49-(0)4521-3998
Frankfurt 1, Alt-Bornheim 42	Detlef Fischer	(3.Dan) frankfurt1@shinsonhapkido.org	+49-(0)69-35357738
Griesheim 1, Sterngasse, Hegelsberghalle	Martina Vetter	(3.Dan) griesheim1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6151-710112
Hamburg 1 (Suyang), Friedensallee 44	Kovacic/Sommer	(3.Dan) hamburg1@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-891398
Hamburg 2, Dernauerstr. 51b	Thorsten Neumann	(1.Dan) hamburg2@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-6938729
Hamburg 5 (Oh Haeng), Seewartenstr. 10/6	Uwe Bujack	(4.Dan) hamburg5@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-43183318
Hamburg 5, Section Buchholz 1	Georg Bremer	(1.Dan) sek.buchholz1@shinsonhapkido.org	+49-(0)170-8955998
Hamburg 5, Section Eimsbüttel 1	Wolfgang Schiller	(3.Dan) sek.eimsbuettel1@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-43183318
Hamburg 5, Section Nord 1, Langenhorn	Jens Hering	(2.Dan) sek.nord1@shinsonhapkido.org	+49-(0)40-82293450
Hamburg 5, Section Schoolprojects	Hauke Reglin	(3.Dan) sek.schulprojekteHH@shinsonhapki-	+49-(0)40-31791308
Hannover 1/Hagenburg, Am breiten Graben 19	Karsten Bendlin	(2.Dan) hannover1@shinsonhapkido.org	+49-(0)5033-971888
Hasselroth 1, Hauptstrasse 51, 63594 Gondsroth	Horst Heinzinger	(3.Dan) hasselroth1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6024-80429
Köln 1, Maybachstr. 172-174	Uwe Dallwitz	(3.Dan) koeln1@shinsonhapkido.org	+49-(0)221-7393272
Lübeck 1, Juze Mengstraße, Section of Hamburg 5	Chris Bohn	(1.Dan) luebeck1@shinsonhapkido.org	+49-(0)179-4582786
Lüneburg 1, Universität-Hochschulsport	Joachim Blank	(3.Dan) lueneburg1@shinsonhapkido.org	+49-(0)5823-952653
Oberhausen 1, Michelstr. 21	Detlef Wesselmann	(1.Dan) oberhausen1@shinsonhapkido.org	+49 (0)176-51635181
Offenbach 1, Seligenstädterstr. 107	Armin Schipling	(2.Dan) offenbach1@shinsonhapkido.org	+49-(0)69-89906086
Seligenstadt 1 (Il Shim), Leimenweg 11	Josef Schmitt	(4.Dan) seligenstadt1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6182-67141
Semmerin 1, Dorfstr. 10	Christoph Albinus	(4.Dan) semmerin1@shinsonhapkido.org	+49-(0)38755-40050
Straubenhardt 1, Straubenhardthalle Conweiler	Tobias Münch	(1.Dan) straubenhardt1@shinsonhapkido.org	+49-(0)170-9160523
Tübingen 1, Sieben-Höfe-Straße 91	Jochen Liebig	(4.Dan) tuebingen1@shinsonhapkido.org	+49-(0)7071-763979
Tübingen, Section Mannheim 1	Joachim Gocht	(2.Dan) sek.mannheim1@shinsonhapkido.org	+49-(0)621-8720766
LUXEMBOURG http://www.shinsonhapkido.lu			
Luxemburg 1, ZGZ; 36, Rue Sainte Zithe 2763 Lux.	Christine Baatz	(1.Dan) luxembourg1@shinsonhapkido.org	+49-(0)6151-1598903
NETHERLAND http://www.shinsonhapkido.nl			
Utrecht 1, Albert-Schweitzer-School	J. D. Heinzerling	(1.Dan) utrecht1@shinsonhapkido.org	+31-(0)30-2735399
PERU			
Arequipa 1, Calle 7 de Junio 141, La Tomilla-Cayma	Volker Nack	(2.Dan) arequipa1@shinsonhapkido.org	+51-(0)5425-4303
SWITZERLAND http://www.shinsonhapkido.ch			
Cham 1 (Chon-Jie-In), Zugerstr. 44	Thomas Werder	(3.Dan) cham1@shinsonhapkido.org	+41-(0)41-7802626
Cham, Section Luzern 1, Felsbergstr. 10	Thomas Werder	(3.Dan) sek.luzern1@shinsonhapkido.org	+41 (0)79-4663884
Fribourg 1, Bonnstr. 26, 3186 Düdingen	Stefan Barth	(3.Dan) fribourg1@shinsonhapkido.org	+41-(0)79-7246126
Schwyz 1, Strehlgasse 15	Gisela Tschan	(2.Dan) schwyz1@shinsonhapkido.org	+41-(0)79-4013181
Zürich 1, Limattalstr. 354	Marcel Mayer	(3.Dan) sek.zuerich1@shinsonhapkido.org	+41-(0)79-4701323
Zug 1, Oberneuhofstr. 13, 6340 Baar	Marcel Mayer	(3.Dan) zug1@shinsonhapkido.org	+41-(0)79-4701323
SPAIN			
Maspalomas 1 Gran Canaria	Vojko Poljasevic	(1.Dan) maspalomas1@shinsonhapkido.org	+34-(0)928-763366

Personal Events - We Congratulate:

Mina Guttermann
December 07, 2011
Katja & Christoff (10.Ki)



Joschka Landmann
March 20, 2012
Meike & Nils (10.Ki)



Selma Kolar
February 14, 2012
Agnes & Hannes (16.Ki)



Mattis Hultberg
August 15, 2012
Sophie (22.Ki) & Johannes (20.Ki)



Lina Noemi Böhmer (+Nelly)
July 11, 2012
Christian (14.Ki)



Saphira Felina Müller
April 14, 2012
Simone & Jürgen (26.Ki)



Ahra Ko (20.Ki) & Gregor Kronenberger
June 08, 2012

Tobias Pint
July 7, 2012
Melanie (18.Ki) & Eric



Myriam Sophie Menzel
September 19, 2012
Lena (24.Ki) & Jurij (17.Ki)



Corinna Friese & Axel Does (13.Ki)
August 24, 2012

Dina (25.Ki) & Lars Bostan
September 24, 2011

Sven Fassbind
October 20, 2012
Corina (16.Ki) & Peter



Welcome to Switzerland

29. Internationales Shinson Hapkido Sommerlager



26. Juli – 2. August 2013
Cham, Röhrliberg

Grosse Benefiz-Kampfkunst-Gala
Waldmannhalle Baar
1. August 2013

Motto:

«Internationale Begegnung und Kulturaustausch»
«Gesundheit und Fitness für Jung und Alt»
«Urlaub für die ganze Familie»

www.sola2013.ch

ok@sola2013.ch