



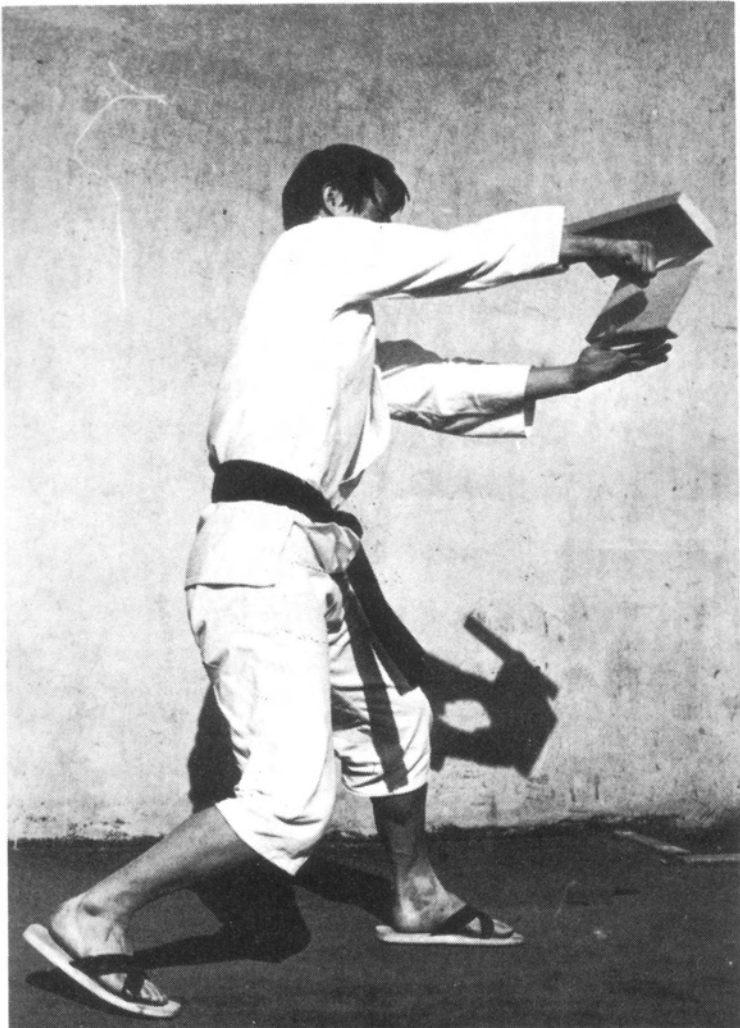
# HWA-RANG

DANMARK

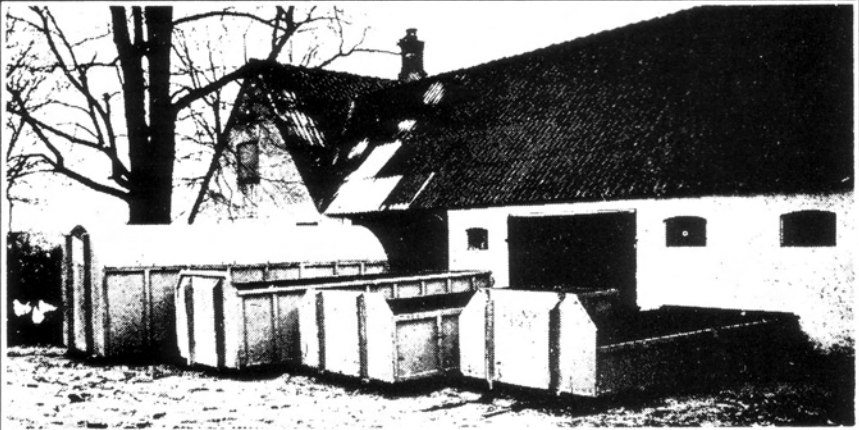
---

NR. 2 - APRIL 1977

---



TAEKWON-DO



# *Affaldsproblemer?* dem klarer jeg...

## **Fra industri og fabrikker:**

Al slags affald fjernes – Affaldscontainere tømmes  
Tilbud uden forbindelse

## **Fra have- og grundejere:**

Haveaffald køres bort – Hvis De selv ønsker at læsse om  
aftenen eller i weekend, stiller jeg et lad ud til Dem,  
men læsser også gerne for Dem.

Grus, sten og muldjord leveres.

Containere efter behov.

# **POUL LINDTOFT**

LOHOLMGÅRD, LEDØJE – 2750 BALLERUP

# **97 14 33**

Bilradio: (0020) 9 23 80

Det var en glæde for redaktionen, at det første medlemsblad blev modtaget med så megen ros.

Vi savner kritik, for så gode kan vi umuligt være i redaktionen.

Hvis medlemmerne ønsker, at bladet skal udkomme oftere, må vi have mere stof tilsendt redaktionen. Husk på, at det er medlemmerne, som skriver alle artiklerne, altså jer. Vi på redaktionen driver den kun af.

Vi modtager gerne indlæg fra den kommunale administration og fra andre klubber. Indlæggene skal dog beskæftige sig med klubben.

*Redaktionen*

**FAT BLYANT OG PAPIR OG SKRIV TIL REDAKTIONEN:  
Otto B. Christiansen, Solbærvangen 31, 2760 Måløv**

## INFORMATION FRA KASSEREREN!

Fra d. 1.3.77 skulle vor kontingentindbetaling over multidata, være i orden.

For medlemmer under 15 år er kontingentet kr. 90,- pr. kvartal – over 15 år kr. 150,- pr. kvartal.

Kvittering for sidste betalte kontingent, bør ligge bagest i jeres pas, som skal medbringes til hver træning.

En gang om året „september” skal der betales forbundskontingent, kr. 35,- for medlemmer under 15 år, kr. 75,- for medlemmer over 15 år, kvittering herfor bør også ligge i passet.

Girokort til forbundskontingent fås hos trænerne.

Hvis I mod forventning ikke skulle have modtaget indbetalingskort, skal i rette henvendelse til kassereren, da manglende kontingent kan betyde udelukkelse fra træningen.

*Kass. Jytte Sørensen*

*Kvartalerne er inddelt som følger:  
9-10-11 / 12-1-2 / 3-4-5 / sommerkontingent for månederne 6-7-8 kr. 30,- for medlemmer under 15 år , kr. 50,- for medlemmer over 15 år.*

## HWA-RANG TIL E.M. FOR HOLD

Hwa-rang var inviteret til bykamp i den Haag i Holland af Hur Heung Taek 6 dan den 25. september 1976. Så stor var vor overraskelse, da vi efter en meget lang bustur kom til Haag, og så store plakater med E.M. for hold med 7 nationer og 14 hold, jeg sagde til de andre at det ikke kunne være officielt, da jeg få dage før vi tog afsted havde talt med Gunnar Sørensen om det, og han kendte ikke noget til det, så jeg var meget overrasket over at se, det Hollandske forbunds formand som er vicepræsident i E.T.U., og den koreaner som er teknisk leder for E.T.U., som overdommer, men det får vi vel en forklaring på når Gunnar har talt med den andre i E.T.U.

Om kampene kan jeg fortælle, at vi vandt vore indledende kampe og så var der opvisning inden finalerne, den var meget skuffende på trods af de koreaniske stormestre. I finalekampene tabte vi først til Z-N Holland (de senere vindere) så kæmpede vi uafgjort med et hold fra Italien og i omkampen tabte vi og fik en 4. plads. Jeg vil dog mene, at vi havde haft bedre muligheder hvis vi ikke havde haft den lange køretur så kort før stævnet (vi kom en halv time før start).

Især det franske hold fra Paris var meget gode og hurtige, og burde nok have vundet, de fik en 2. plads, men de



*Holger Løndorf har slået sin modstander ud.*

hollandske kæmpere var meget dårlige sportsmænd, og brugte mange ulovlige handlinger som ikke altid blev påtalt.

De deltagende lande var Belgien, England, Tyskland, Italien, Frankrig, Holland fra Danmark Hwa-Rang. Jeg syntes efter at have mødt et bredt udsnit af europæiske klubhold, at de dan-

ske hold ligger i den bedste halvdel i europa, hvad angår teknik og sportsmandskab.

Vort hold bestod af: Dippo Armicha, Søren Reenberg, Gunnar Nielsen, John Pedersen, Allan Paulsen (Shungun) Holger Løndorf og jeg selv som sekundant.

# HWA-RANG TAEKWONDO KLUB

## DEN 4. BEDSTE I EUROPA

Fredag den 24. sept. drog vores klubhold afsted til Haag i Holland for at kæmpe en bykamp mod selsamme by. Vi ankom til Hwa-Rang i Hamburg (Shin Boo-Young's skole) omkring midnat fredag, hvor vi skulle overnatte. Men på denne skole fik holdet sit livs forskrækkelse! Blandt de mange plakater der hang på væggen i hobbyrummet, var der en der annoncerede at der var Europamesterskaber for klubhold den 25. sept. i Haag, og at der ville komme klubhold fra Tyskland, Holland, Belgien, Italien, England, Frankrig og så København, hvilket ville sige os. Jeg tror vist nok at vi alle i kor udbrød: „Jamen, gud det er jo et Europamesterskab vi er på vej til”.

Nu er det ikke fordi at vi normalt bliver chokeret over at skulle kæmpe til et Europamesterskab, men når man først opdager det mindre end et døgn før, er det vist ganske naturligt at man får sved på panden.

Jeg ved ikke hvorfor, men pludselig stod vi allesammen kl. 1 om natten og trænede kampteknikker, og da vi bad formand Palle Petersen om en forklaring kunne vi kun konstatere at arrangørerne ikke havde oplyst om at det var et Europamesterskab, vi var blevet inviteret ned til.

Hele lørdagen tilbragte vi i bussen der skulle suse os til Haag, men efter 10 timers kørsel ankom vi godt øre til hallen, hvor det hele skulle foregå. Og så var det at vi fik travlt, for der var kun en halv time til at vi skulle kæmpe.

At beskrive hver enkelt kamp her ville være en beskrivelse uden ende, men først så slog vi et hold fra Belgien, dernæst Berlin, så tabte vi til Haag, og til slut i kampen om bronzen til en klub fra Italien. Sidstenævnte kamp var den mest uretfærdige der længe er blevet set, idet vi indtil den sidste kamp (sværvægt) stod lige. Så blev Holger Løndorf sat ind mod en Italiener der mildest talt var 5 hoveder højere. Ikke destomindre blev han totalt mast af Løndorf, der sendte ham ned 2 gange så han måtte tage tælling. Hvor fejlagtigt det så end kan synes blev sejren altså tildelt Italieneren og vi blev nr. 4 ved Europamesterskaberne for hold, hvilket vi er overmåde tilfredse med. Der er dog ingen tvivl om at vi meget snart vil gøre os gældende i en finalekamp.

Holdet bestod af: Dippo Amisah, Søren Reenberg, Gunnar Nielsen, John Petersen og Allan Poulsen, som vi havde „lånt” af Chung-Un i Sønderborg. Sidstnævnte blev skadet og så var det at Holger Løndorf blev sat ind.

Stævnet vandtes af Holland, nr. 2 blev Frankrig, Italien nr. 3, og altså Hwa-Rang, Måløv nr. 4.

*Søren Reenberg*

## „AMBASSADOR CUP”

Lørdag d. 5. februar stod Hwa-Rang Taekwon-Do klub igen for et stort arrangement som blev gennemført med den succes og nøjagtighed der efterhånden kendetegner de stævner, opvisninger og mesterskaber som klubben lægger navn til. Denne gang hed stævnet „Ambassador Cup”. Det er et stævne der er blevet til på den måde at den koreanske ambassadør vil have lov til på denne måde at udtrykke sin glæde over den store interesse hvormed hans sport er blevet modtaget i Danmark. Ambassadøren giver en meget stor og flot pokal til de hold der bliver nr. 1, 2 og 3 i åbne bykampe mellem de forskellige klubber i Danmark. Stævnet d. 5. februar var det første af denne slags her hjemme, men skal hvert år være en tilbagevendende begivenhed.

Det var skuffende for arrangører og de koranske initiativtagere at tilmeldelsen til stævnet var så lille som tilfældet var, ligesom det ikke kan nægtes at koreanerne var skuffede over ikke at se formanden for vort forbund Gunnar Sørensen.

Trods disse skuffelser blev „Ambassador Cup 1977” en meget stor succes. Det var nær den bedste reklame jeg indtil dato har set for Taekwon-Do. Alle kampe blev afviklet på en fair og forsvarlig måde, uden at det på noget tidspunkt gik ud over spændingen. Det står helt klart for enhver efter disse kampe at Taekwon-Doen er kommet for at blive og at det vil blive en publikums succes ud over alle grænser. Der blev vist mod og omtanke og fejderinstinktet hos de forskellige kæmpere høstede gang på gang bifald hos et begejstret publikum.

Blandt gæsterne sås mr. Lee fra ambassaden. Han er en meget trofast og varm tilhænger af vor klub og følger og rapportere udviklingen meget nøje. Fra Ballestrup havde vi fornøjelsen at kommunen var repræsenteret ved Borgmester Kaj Burchardt med frue. Der er ingen tvivl om at disse glædede sig sammen med værtsparret ambassadør Chang Chi-Ryang med frue over Hwa-Rang Taekwon-Do Klub der ubeskeden besatte 1.ste pladsen med følgende hold. Thuei, Bo, Jim-



*Choi Kyoung An Gdan, Ambassadør Chang Chi-Ryang, Shin Boo-Young 6 dan, Thuy med 1. præmien i midten. Til højre: 2. pladsen til Silkeborg og til venstre: Holbæk med 3. pladsen.*

my, Richard og John. Vi skal måske også lige nævne at John afgjorde 2 af sine kampe på knock out.

Danmarks landstræner Choi Hyoung-an var tilstede ved stævnet og gav sammen med Shin Boo Young en dejlig opvisning. Choi var samtidig herovre som observatør og udtog følgende medlemmer til det danske landshold. Thuei Dang Dinh Ky, Tu Dang Dinh Ky, Bo Detlefsen, John Petersen og Gunnar Nielsen.

Silkeborg blev nr. 2 ved stævnet efter nogle dejlige kampe og Holbæk nr. 3.

Hwa-Rangs næste store opgave bliver Sjællandsmesterskaberne i Holbæk den 12.3.77, hvor placeringerne gælder adgangskort til Danmarksmesterskaberne, hvor vi sikkert regner med en kraftig placering i spidsen fra Hwa-Rangs medlemmer.

2.-3. april er der stort internationalt stævne i Skovlundehallen med ikke færre end 11 koreanske stormestre som deltager. Reserver dagen nu og læs referatet i dit næste nummer af bladet.

*Per Harms*



*Shin Boe-Young fra opvisningen, Ambassador Cup.*

## **SOMMERLEJR 1977**

I år bliver lejren holdt i Ølstykke, der ligger ca. 20 km vest for Ballerup.

Af faciliteter kan nævnes, hal, svømmebad, spejderhytter hvor I kan overnatte hvis I vil, grønne arealer til opslagning af telt eller campingvogn, lejrballplads hvor der er mulighed for at stege pølser og snobrød om aftenen samt cafeteria. Det er fra det samme cafeteria vi får vor mad.

Prisen for lejren er 200 kr. for børn under 16 år og 250 kr. for voksne. I

prisen er inkluderet halleje, træning, tre måltider mad om dagen samt overnatningsafgift.

Shin Boo Young har igen i år lovet at være cheftræner for sommerlejren i Ølstykke. Vi vil opfordre alle som har tid og lyst til at tage med på lejren, da det er en stor oplevelse, både træningsmæssigt og kammeratskabsmæssigt.

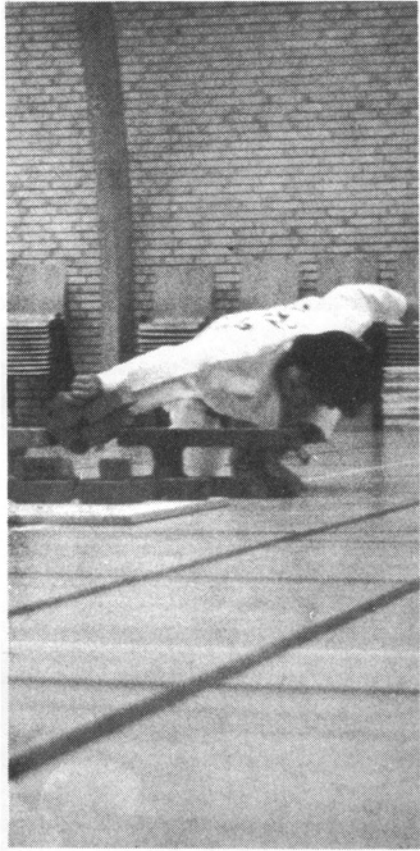
Tilmelding og indbetaling skal finde sted inden de 15. maj 1977.

*Hilsen  
Sommerlejr udvalget*

## VINTER TRÆNINGSLEJR

I dagene fra den 27.-30. december blev der afholdt vintertræningslejr i Ejby af Hwa Rang. Træningen blev ledet af vor tekniske leder Hr. Shim Boo Young 6 dan. Han blev assisteret af Hr. Bark Jan-Sik, 5 dan, samt Hr. Soo-Young-Day, 7 dan, som har været landstræner to gange for to forskellige landhold. Træningen begyndte samme dag vi ankom, næste morgen begyndte træningen kl. 7.30–9.00, om dagen 11.30–13.00 og om aftenen 17.00–18.00.

Den første træning var med Soo, han kørte os helt ned til vi ikke kunne



*Son Youn Dai 7 dan.*

mærke vore ben. Bortset fra den hårde opstart på træningen var den daglige træning mere præget af det tekniske, og man fik rettet en hel del af sine fejl.

Den sidste aften var der opvisning i Ejbyhallen, hvor de koreanske stormestre var højdepunktet. Under opvisningen havde vi en venskabskamp med Hr. Shin Skole, som vi vandt. Opvisningen blev en virkelig succes.

Lejren blev afsluttet med en grade-ring, hvor mange deltager fik udskiftet bæltefarve.

Tillykke med et godt arrangement.



## TIL PRESSEN/ MEDLEMMER

Lørdag og søndag d. 2.-3. april, afholdes der stort internationalt stævne i den koreanske karate-form Taekwon-Do.

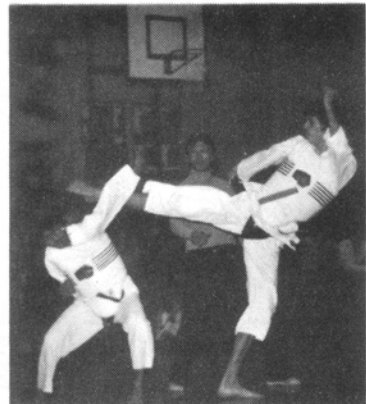
Stævnet vil fremover være en årligt tilbagevendende begivenhed og kaldes „Viking Cup”, Copenhagen Open. Det første af disse stævner vil blive afholdt i Skovlundehallen d. 2. og 3. april.

Der vil være deltagende hold fra Paris, Berlin, Köln, Essen, Duisburg, Hamborg, Rotterdam, Aachen, Hannover, Århus, Kristiansstad og Ballerup. 120 kæmpere vil deltage og med Deres ankomst vil Danmark for første gang have besøg af ikke færre end elleve koreanske stormestre. Stævnet sluttes søndag kl. 14.00 med finalekampe og opvisning af de koreanske stormestre. Det bliver en karatopvisning, der vil vække opmærksomhed hos kendere, idet der ikke tidligere har været samlet så mange stormestre i Danmark på samme tid.

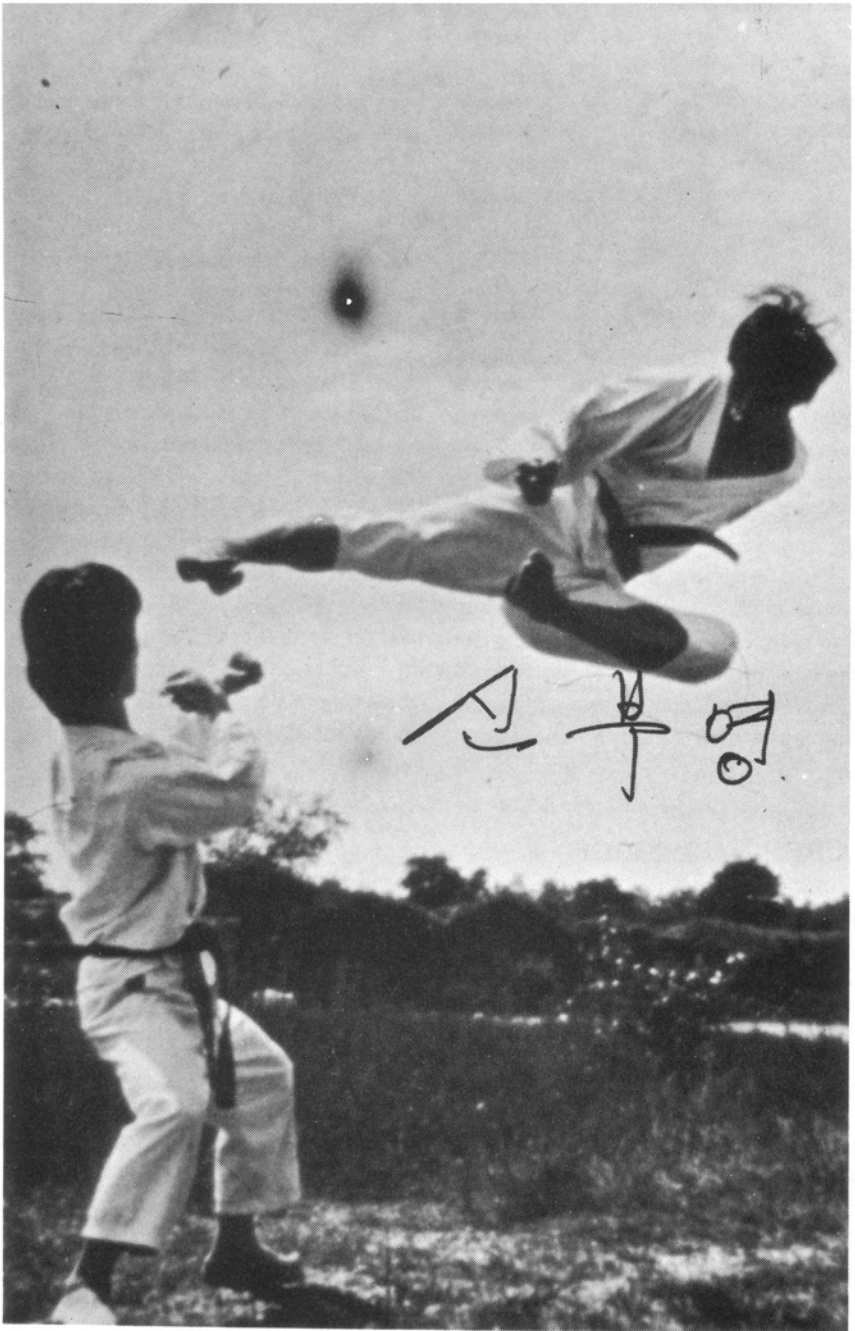
Taekwon-Do er en udpræget publikumsport. Man regner med at over 40% af karateudøvere i verden dyrker Taekwon-Do. At være med ved et sådant stævne er ikke noget for „tøsedrenge”. Taekwon-Do systemet kæmpes efter „knock-out regler”, hvilket vil sige at det er tilladt at slå modstanderen ud med et velrettet spark mod hovedet. Ved Ambassador Cup i Måløvhallen den 5. februar, blev fire kampe vundet på knock-out, til publikums bragende jubel.

Ved opvisningen med de koreanske stormestre vil der blive gennemskydning af brædder og mursten i alle højder og under alle former. Koreanerne er små mennesker, men så lynhurtige at øjet dårligt når at opfatte hvad det egentlig er der sker.

Stævnet med de mange europæiske deltagere vil vise et bredt udsnit af en populær publikumssport som også snart i Danmark vil få sine personlige favoritter.







## NUNCHAKU

Nunchaku har eksisteret i flere århundrede. I sin oprindelige form var det et landbrugsværktøj som anvendtes til at male ris med. Oversat bliver nunchaku også uknusende eller malende kæp.

Det havde altså i Asien samme formål som en pejl herhjemme.

Da Japanerne invaderede Okinawa for flere århundrede siden, konfiskeredes alle våben og resultatet blev, at landarbejderne tog deres værktøj og anvendte dem som våben. Det virkede for de indvandrende japanere, som om nunchaku var et ufarligt værktøj, og først sent opdagede de, hvilken farlig effektivitet den kunne have som våben.

Fra starten var nunchaku to hårde træpinde bundet sammen med hestehår, men i de senere år er det, i det mindste i U.S.A., fremstillet som et kampvåben af stål, plast og gummi sammensat med kæde, reb eller læderrem.

Nunchaku indførtes i U.S.A. omkring midten af 1950 når soldaterne kom hjem fra orienten og i de første årtier anvendtes den så godt som kun i træningssale af budo studerende. I starten af 1970 blev det kendt hvilken brug man kunne have af nunchaku som våben, og mange begyndte at fremstille dem selv.

Den store interesse for nunchaku er et resultat af de mange kung-fu film der har været på mode de sidste år, og en højt gradueret budo instruktør i U.S.A. har i presse og TV sagt, at han mener, at Bruce Lee med sine film så godt som har myrdet flere personer og definitivt myrdet nunchaku brugen, som en budo art. Vi vil ikke se nogle, hverken lege eller træne med nunchaku i træningstiden, i hwa-rang, og gør opmærksom på, at misbrug af nunchaku vil medføre bortvisning fra klubben.



## TUREN TIL SVERIGE

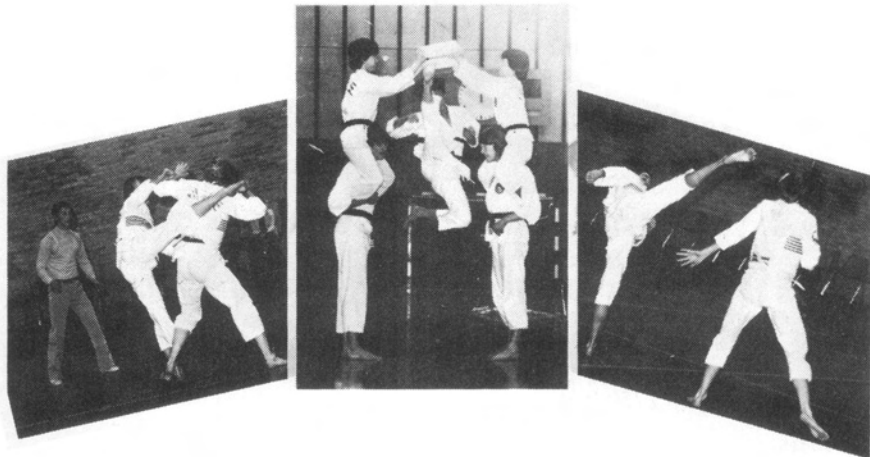
I week-enden 15/16 januar, var vi 7 mand fra klubben der tog en tur til Sverige, for at træne med svenskerne. Vi skulle have et par opvisninger, for at udbrede systemet derovre.

Vi startede kl. 8 om morgenen hjemme fra, og skulle mødes i Dragør, derefter tog vi færgen til Limhamn, hvor vi blev modtaget af formanden for Taekwon do klubben i Kristianstad. Vi kørte til Kristianstad, hvor vi skulle træne i en stor sportshal. Her trænede vi med svenskerne, hvorefter vi gav en opvisning for ca. 120 mennesker. Da vi var færdige med opvisnin-

gen tog vi ud i byen, hvor vi blev indkvarteret privat hos de svenske medlemmer.

Om aftenen var vi ude at spise på en kinesisk restaurant, her hyggede vi os og snakkede med svenskerne om Taekwon do.

Næste dag kørte vi til Halmstad. Her trænede vi i en lille gymnastiksal, hvorefter vi lavede endnu en opvisning for ca. 50 tilskuere. Da vi var færdige her kørte vi til Limhamn og sejlede tilbage til Dragør. Her skiltes vi og kørte hver til sit, og det blev så afslutningen på en god Sverigestur.



## SJÆLLANDSMESTERSKABERNE den 12.3.1977 i Holbæk

### Børn:

Dreng	Mellemvægt	Nr. 2 Lars Hansen
		Nr. 3 Rene Harms

Dreng	Sværvægt	Nr. 1 Laust Palle
		Nr. 2 Sten Jensen

Piger		Nr. 1 Connie Reenberg
-------	--	-----------------------

### Junior:

	Veltervægt	Nr. 3 Lasse Christiansen
--	------------	--------------------------

	Sværvægt	Nr. 1 Bo Detlefsen
		Nr. 3 Henning Bæk

### Senior:

	Letvægt	Nr. 1 Søren Staffe
		Nr. 2 Johnny Eriksen
		Nr. 3 Jesper Møller

	Veltervægt	Nr. 1 Carsten Reenberg
		Nr. 3 Johnny Stålkjær

	Sværvægt	Nr. 1 Klaus Stigelund
		Nr. 3 John Pedersen

Tillykke med alle de fine placeringer.

Formand:	: Palle Petersen Borupgård 2750 Ballerup	telefon 02 - 65 51 31
Næstformand	: Frank Ewald Violvej 10 3650 Ølstykke	telefon 03 - 17 92 56
Sekretær	: Per Harms Forhåbnings Holms Alle 41, 3. 1904 København V	telefon 01 - 22 19 92
Kasserer	: Jytte Sørensen Baltorpvej 122 2750 Ballerup	telefon 02 - 97 36 62
Trænere	: John Petersen Måløv Byvej 269 2760 Måløv	telefon 02 - 97 27 91
	Bo Detlefsen Baltorpvej 43 2750 Ballerup	telefon 02 - 97 75 90
	Holger Løndorff Lundebjerggårdsvej 240 2740 Skovlunde	telefon
	Richardt Madsen Ved Skovgærdet 52a 2750 Ballerup	telefon 02 - 97 11 45
Redaktion	: Otto B. Christiansen Solbærvangen 31 2760 Måløv	telefon 02 - 65 45 74
Træningsal	: Måløvhallen	Mandag kl. 17.00 - 22.00 Onsdag kl. 17.00 - 22.00 Fredag kl. 17.00 - 22.00 Lørdag kl. 9.00 - 15.00

Hwa-Rang udgives af Taekwon-Do klubben Hwa-Rang, København

Medlem af : Ballerup Idrætsunion  
Dansk Taekwon-Do Forbund  
Europæisk Taekwon-Do Forbund  
World Taekwon-Do Federation.

Bladets  
annoncering : Ragnar Rødgaard telefon 01 - 19 38 01

**PENSUM TIL 7. KUP:**

Taegeuk yi jang

- 6 stk : sambo daeryon (med modstander)
- Teori : hvad er taegeuk yi jang / hvad betyder seogi  
jireugi / mom-umjigigi / poom  
hilsen hvornår / hvordan

**PENSUM TIL 6. KUP:**

Taegeuk sam jang

- 8 stk : sambo daeryon (med modstander)
- Spark : yeop-chagi
- Teori : hvad er taegeuk sam jang  
må man bruge taekwon-do i selvforsvar

**PENSUM TIL 5. KUP:**

Taegeuk sah jang

- 8 stk : sambo daeryon (med modstander)
- 4 stk : ibo daeryon (2 trins handlinger)
- Teori : hvad er taegeuk sah jang  
hvad opnås ved taekwon-do

**PENSUM TIL 4. KUP:**

Taegeuk oh jang

- 7 stk : ilbo daeryon
- 1 stk : chayu tearyon (frikamp)
- Hosinsul : greb hånd / arm (selvforsvar)
- Spark : dolly chagi
- Keyek pa : ap-chagi (gennembrydning)
- Teori : hvad er taegeuk oh jang / koreansk udtale / grundteknik

ANNONCER TIL BLADET – TLF. 01 - 19 38 01

## JYSKE HISTORIER OG VERS

Genoptryk af gamle Jyske historier og vers **PÅ JYSK**. Hefte 1 foreligger nu – vær med at samle fra starten (hefterne bliver trykt i begrænset oplag).

Indsend kr. 14,95 på

Giro 2 13 49 18

J. Wessel Westli

Islevbrovej 31

2700 Brønshøj

og få hefte 1 tilsendt.

NB. Husk tydelig afsender.

## TONNY OLSEN

Aut. gas- og vandmester  
VVS-installatør – Blikkenslager  
Kai Hoffmanns Alle 23 – Ballerup

**97 88 63**

Vand, Sanitet, Varme, Oliefyr  
Samt reparationer udføres  
Tilbud og overslag gives

Altid friske planter, stauder og  
stedsegrønt

Anlægsarbejder udføres

## PLANTESKOLE

**EBBE SØRENSEN**

Pederstrupvej 146 – Ballerup

**97 07 43**

*Jeg ordner Deres  
affaldsproblemer!*

**FOR INDUSTRI OG FABRIKKER:**  
Affaldscontainere tømmes – tilbud uden forbindelse.

**FOR HAVE- OG GRUNDEJERE:**  
Containertilbud til jord-, haveaffald og andet affald afsættes hos Dem en hverdag eller i week-enden.

**GRUS OG STEN leveres – BETONBLANDER udlejes.**

HENRY ANDERSEN  
Rosvej 12 – 2750 Ballerup  
Tlf. 97 46 60

BLADETS  
ANNONCERING  
TLF. 01 - 19 38 01



**God økonomi:  
Kunde i  
Den Danske Bank.**



**DEN DANSKE BANK**  
AF 1871 AKTIESELSKAB