



# Shinson Hapkido

## 8. Internationaler Kinder- & Jugend-Speziallehrgang

mit Sonsanim Ko. Myong  
vom 15. bis 17. April 2005  
in Darmstadt

Für einen gesunden Körper und ein klares Herz



# International Shinson Hapkido Association e.V.



Liebigstr. 27 ☎ D-64293 Darmstadt/Germany ☎ Tel. 06151-29 47 03 ☎ Fax 06151-29 47 33

Liebe Eltern und LehrerInnen,  
Liebe Kinder und Jugendliche,

anlässlich des 8. Internationalen Kinder- und Jugend-Speziallehrgangs 2005 begrüße ich Sie herzlich und hoffe, dass Sie und Ihre Familie in Gesundheit und Frieden leben.

Unser erster Lehrgang vor sieben Jahren stand unter dem Motto: „Wie können unsere Kinder und Jugendlichen zu „großen Menschen“, d.h. zu Menschen mit einem großen Herzen werden?“ Dieses Thema stieß auf starkes Interesse bei jung und alt.

Wir leben heute in einer Welt, in der sich die Reihenfolge dessen was wichtig ist geändert hat. Nicht das Herz, die Menschlichkeit und das richtige Atmen stehen an erster Stelle, sondern immer mehr materielle Sicherheit, Technik, Leistung und Schnelligkeit, die Abhängigkeit von diesen Dingen hat sich fast zu einer Art Glauben entwickelt. Das Herz, die Menschlichkeit und das richtige Atmen werden dadurch vergessen und dadurch werden Körper und Geist, Mensch und Natur, Mensch und Mensch voneinander getrennt. Diese Entwicklung ist sehr bedauerlich.

Durch unsere Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen soll diese Trennung überwunden werden, damit wir uns selbst näher kommen, wir das Vertrauen/den Glauben in uns wieder finden. Wenn wir wieder gelernt haben richtig zu „atmen“, dann können wir auch anfangen mit Techniken zu arbeiten.

Durch die Shinson Hapkido Lehrmethode „Vertrauen, Achtung, Geduld, Bescheidenheit und Liebe“ werden wir während des Lehrgangs Mut und Hoffnung schöpfen. Wir werden wieder spüren lernen, dass Himmel-Erde-Mensch, ich und du, die Welt eins sind und mit „ich bin schön, ich bin gut, ich kann es“ wird unsere Gemeinschaft wachsen. Unsere Arbeit soll auch von Unterdrückung und Schuldgefühlen (Familie, Schule und Gesellschaft) befreien, damit wir alle in Frieden leben können.

Wer ein „großer Mensch“ werden will, darf nicht nur mit dem Kopf leben, sondern muss auf die innere Stimme hören. IQ (Intelligenz, Wissen) und EQ (Emotionen, Lebensgefühl und MQ (Menschlichkeit) müssen zusammen arbeiten. Wissen ist auch wichtig, aber es ist etwas Erlerntes und kommt von außen. Lebensgefühl hingegen kommt von innen und ist ein Geschenk der Natur.

Während der drei Tage des Lehrgangs wird trainiert und gearbeitet, aber auch gesungen, musiziert und gelehrt, gemeinschaftlich und in Harmonie mit der Natur zu leben und außerdem sich gesund zu ernähren und schlechte Gewohnheiten abzulegen.



**Chong Mu Chong Shim**  
**Klare Bewegung, klares Herz**

Die Kinder und Jugendlichen sollen die drei Tage des Lehrgangs ohne

Kontakt nach Hause verleben (in dringenden Fällen melden wir uns natürlich sofort bei Ihnen). Bitte geben sie Ihr Kind jedoch nicht einfach bei uns ab, sondern bleiben sie ihm innerlich verbunden und schicken sie weiterhin ihre Liebe und Kraft.

Haben Sie bitte Vertrauen zu uns und seien Sie unbesorgt. Zusammen mit vielen qualifizierten LehrerInnen arbeiten wir dafür, dass die Kinder und Jugendlichen einen gesunden Körper und ein klares Herz bekommen, dass sie mutig, verantwortungsbewusst und respektvoll miteinander umgehen und mit Liebe und Lachen leben. Wir wünschen, dass nach dem Lehrgang alle voller Freude und Hoffnung nach Hause gehen können.

An dieser Veranstaltung kann jeder teilnehmen - auch Nicht-Mitglieder. Eine Teilnahme bedarf allerdings der ausdrücklichen schriftlichen Erlaubnis der Erziehungsberechtigten (siehe beiliegende Einverständniserklärung).

Ich danke Ihnen für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung und wünsche Ihnen und Ihrer Familie ein Leben in Gesundheit und voller warmem, strahlendem Ki .

Mit herzlichen Grüßen

Sonsanim Ko. Myong

**Die Kinder und Jugendlichen von heute  
sind die Welt von morgen!**

## 8. Internationaler Shinson Hapkido

### Kinder- & Jugend-Speziallehrgang 2005

- Wann:** **15. – 17. April 2005**  
Beginn: Freitag, 15.04. - pünktlich um 15.00 Uhr  
ab 13.00 Uhr: Anmeldung und „Einchecken“ in der TU  
Ende: Sonntag, 17.04. 16.00 Uhr
- Wo:** **Sporthallen der TU Darmstadt**
- Inhalt:**
- Myong Sang / Meditation
  - Shinson Hapkido
  - Gemeinschafts- und Gruppentraining
  - Shinson Hapkido Bewegung mit Musik
  - Spezialtraining in der Natur
  - Danjeon Hohupbop / Atemtechniken
  - Ki-Do-In Bop / Ki-Heilgymnastik für den Alltag
  - Hwal In Bop / Naturheilkunde
  - Spezial-Fallschule & Akrobatik
  - gemeinsame Feiern und gesunde Ernährung
- Wer:** Kinder, Jugendliche und junge Leute im Alter von 10 - 22 Jahren. Ältere können nach Absprache am Lehrgang teilnehmen, wenn sie gerne möchten. Auch Kinder & Jugendliche, die kein Shinson Hapkido trainieren, sind herzlich willkommen.
- Lehrer:** **Sonsanim Ko Myong** sowie mehrere Shinson Hapkido LehrerInnen (Kyosanim) (Gruppen mit 6 – 8 Kindern werden jeweils durch eine/n LehrerIn betreut.)
- Mitnehmen:**
- Trainingskleidung (Dobok oder Trainingsanzug)
  - Trainingsanzug für draußen
  - 2 Paar feste (Sport-)Schuhe für draußen (davon möglichst 1 Paar Gummistiefel)
  - Hallenschuhe
  - Schreibzeug (kleiner Notizblock und Stift), Taschenlampe
  - Schlafsack und Luftmatratze (oder Isomatte, Decken etc.)
  - Shinson Hapkido –Ausweis
  - Warme Kleidung (genug Kleidung zum Wechseln; bitte *alte* Kleidung/Trainings sachen - wir werden u.a. in der Natur trainieren und können dabei schmutzig und nass werden) und Regenzeug
  - mehrere Handtücher
  - (Meditations-) Kissen
  - ab Rotgürtel: bitte Stöcke (Bong) mitbringen
- Liebe Eltern:** **Bitte geben Sie Ihrem Kind KEIN GELD und bitte auch KEINE SÜßIGKEITEN mit auf den Lehrgang.** Zusätzliche Getränke können Sie Ihrem Kind mitgeben, sind aber nicht erforderlich. Spielsachen und technische Geräte (Walkman, etc.) sollten auch zuhause bleiben.
- Veranstalter:** International Shinson Hapkido Association e.V., Liebigstrasse 27, 64293 Darmstadt, Tel.: 06151-294703, Fax 294733, Email: info@shinsonhapkido.org, <http://www.shinsonhapkido.org>
- Kosten:** **90,- €** - Im Teilnahmebeitrag sind Übernachtung und Mahlzeiten, sowie Getränke für den gesamten Lehrgangszeitraum enthalten. Auch für kleine Snacks ist gesorgt.
- Achtung:** Bitte die Teilnahmegebühr vorab (bei Eintragung in die Anmeldeliste) im Dojang bei der/dem zuständigen Kyosanim bzw. Verantwortlichen zusammen mit der **Einverständniserklärung** abgeben. Einzelpersonen können am Ankunftstag bezahlen.
- Anmeldeschluss: 28. März 2005** (Datum des Poststempels)  
Bei mehr Anmeldungen als Teilnahmeplätzen entscheidet das Alter der Teilnehmer.

**Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.**

**Der Veranstalter übernimmt für verlorengegangene Gegenstände keine Haftung.**

Die Teilnehmer verpflichten sich, den Anweisungen der jeweiligen Aufsichtspersonen unbedingt Folge zu leisten.

## Allgemeiner Ablauf des

### 8. Internationalen Kinder- & Jugend-Speziallehrgangs 2005

**Wecken**                    **05.00 Uhr**

**Tagesprogramm:** Myong Sang (Von der Dunkelheit zum Licht) „Mit-der-Natur-umgehen“  
trainieren (nicht aufgeben)

Son: Besinnung; Muk-Sang: stille Meditation; Gi-Do: Beten

Shinson Hapkido Training in Kleingruppen (max. 6-8 SchülerInnen) mit  
BetreuerIn

gemeinsames Singen

Gruppendiskussion

offene, persönliche Redebeiträge

**Hauptthemen:** Wie kann man respektvoll mit der Familie und den Menschen in der  
Umgebung, Schule etc. umgehen und Dankbarkeit für das Leben  
empfinden?

Wie wird man ein Mensch mit einem großen Herzen (großer Mensch)?

**Schlafenszeit:**        **22.00 Uhr**



**Liebe Eltern,**

am Sonntag, den 17. April 05 gibt es ab 14.00 Uhr einen „**Home Day**“, d.h. einen gemein-  
samen Nachmittag für die ganze Familie, zu dem auch Sie, liebe Eltern, herzlich eingela-  
den sind. Begrüßen Sie Ihre Kinder mit einer liebevollen Umarmung und verbringen Sie  
mit uns noch einen bunten Nachmittag im „TU-Hüttchen“ (es gibt eine kleine Grillfeier und  
ein von den Kindern selbst zusammengestelltes Unterhaltungsprogramm mit Sketchen  
usw.)

**Wir bitten jedoch darum, die Kinder bis spätestens 16.00 Uhr  
vom „Hüttchen“ auf dem TU-Sportgelände abzuholen.**

# Anmeldung

## 8. Int. Kinder- & Jugend-Speziallehrgang 2005

Schule (Dojang): \_\_\_\_\_

LehrerIn: \_\_\_\_\_

Kontaktadresse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Bitte leserlich schreiben:

Name & Adresse, Tel. Nr.	Alter	Kup/Dan	Hobby	Unterschrift

**Weitere Anmeldungen:** bitte wenden !

**Lehrgangsgebühr:** € 90,-

Bitte geben Sie die Teilnahmegebühr zusammen mit der Einverständniserklärung im Dojang beim zuständigen Kyosanim/Verantwortlichen ab. Einzelpersonen können auch bei der Ankunft bezahlen. Die Teilnahme sowie An- und Abreise erfolgen auf eigene Gefahr.

**Anmeldeschluss:** 28. März 2005 (Datum des Poststempels)

**Die Anmeldung ist nur zusammen mit einer Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten (s. Anlage) gültig.**

International Shinson Hapkido Association e.V., Liebigstrasse 27, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151 - 294703, Fax: 06151 - 294733, Email: [info@shinsonhapkido.org](mailto:info@shinsonhapkido.org)  
<http://www.shinsonhapkido.org>



# ***Einverständniserklärung***

Hiermit erkläre ich mich mit der Teilnahme meines Kindes

\_\_\_\_\_ (Name)

am 8. Internationalen Shinson Hapkido Kinder- & Jugend-Speziallehrgang 2005 in Darmstadt einverstanden.

Ich bin mit den Unterrichts- und Lehrmethoden des Shinson Hapkido vertraut und mir ist bekannt, dass die Teilnahme auf eigene Gefahr erfolgt. Ich habe außerdem mein Kind darüber informiert, dass den Anweisungen der verantwortlichen Personen (Shinson Hapkido-LehrerInnen/BetreuerInnen) unbedingt Folge zu leisten ist.

Nachträglicher Einspruch ist ausgeschlossen.

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift eines Erziehungsberechtigten

**Name, Adresse und Telefonnummer der Erziehungsberechtigten:**  
(Tel.-Nr. bitte unbedingt angeben)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

LehrgangsteilnehmerInnen, die bereits volljährig sind, werden gebeten, diese Einverständniserklärung für sich selbst auszufüllen und eine Person (Adresse/Tel.-Nr.) anzugeben, die in dringenden Fällen benachrichtigt werden kann.

Bitte geben Sie diese Einverständniserklärung zusammen mit der Anmeldegebühr bei dem zuständigen **Kyosanim ab. Einzelpersonen können die Erklärung auch am Ankunfts- tag vorlegen.**

# 8. Internationalen Kinder- & Jugend-Speziallehrgang 2005

## Anreise

### In Darmstadt:

Der Lehrgang wird in den Sporthallen der Technischen Universität Darmstadt abgehalten (wo auch immer unsere Shinson Hapkido Vorführungen stattfinden). Von der Autobahn leicht zu finden, indem man auf der Rheinstrasse immer geradeaus durch den Citytunnel fährt. Im Tunnel links abbiegen, an der nächsten Ampel (halb) rechts und gleich wieder links Richtung Lichtwiese/Ober-Ramstadt. An der nächsten großen Kreuzung den Straßenbahnschienen nach rechts folgen und weiter bis zum Hochschulsportgelände an der Lichtwiese, gleich neben dem Fußballstadion.

### Anreise mit dem Auto:

Von der A67 Abfahrt „Darmstadt/Griesheim“, von der A5 Abfahrt „Darmstadt“. Von dort über einen Zubringer vorbei am Maritim Hotel in die Innenstadt. Weiter wie oben beschrieben.

### Anreise mit der Bahn:

Vom Darmstädter Hauptbahnhof mit dem F-Bus oder D-Bus zum Luisenplatz. Dort umsteigen in die Linie 9 bis Haltestelle „Jahnstraße“. Gegenüber liegt der Eingang zum Hochschulstadion.

