



Chon-Jie-In Magazine 2016



Movement for Life

Final picture of Children and Youngster Seminar in Lüneburg / Germany, May 1 - 3, 2015



< Children and Young People are our Future >

SHINSON HAPKIDO

No. 25, 2016

Motto / Begleitwort



2016



Year of the Monkey / Jahr des Affen / 원숭이 해



Harmony and
Peace

/

Harmonie und
Frieden

/

Johwa wa
Pyeonghwa
조화와 평화



Sonsanim Ko. Myong





Imprint:

No. 25 is published in December 2015,
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 & Susanne Kimmich
Pictures of time schedule by Andreas Lau
Print: Memminger GmbH
Benzstraße 9, D-71691 Freiberg a. N.

Layout Software: Tango Solo by Mark Stein

Bank Account:
Volksbank Darmstadt, Keyword "Magazine",
IBAN: DE96 5089 0000 0010 764408
BIC: GENODEF1VBD

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

Dear readers,

The Chon-Jie-In magazine will be published annually at
the end of the year. Shinson Hapkido members and
everybody interested can get a clear impression of our at-
tempts to realize our basic principle – to support an active
health and an inner balance. This will be achieved by
seminars, workshops, social gatherings, charity shows,
leisure time activities for all generations, journeys and
much more.

It wouldn't be possible to realize this journal without its
readers and contributors. We say a big thank you to those
who contributed texts or pictures or supported us by ad-
vertisements or annual fixed orders. Not all information
can be shown at all, due to we have to shorten where
necessary.

We hope you will enjoy No. 25, the Magazine-Team

CONTENT / INHALT

Imprint	1
Greeting address Sonsanim Ko. Myong	2
ISHA – Int. Shinson Hapkido Association e.V.	4
Dan-Examination 2015 to 1st, 2nd, 3rd, 4th Dan	5
ISHA – Events	
End-of-Year Benefit Ceremony 2014	6
2nd Dan Workshop 2015	8
Spring Seminar 2015	9
Children and Youngster Seminar 2015	11
Pentecost Seminar 2015	13
Dan Examination, 29th Ki-Generation 2015	15
Summer Camp 2015	20
Crete Tour 2015	22
InterFET Meeting 2015	23
Black Belt Seminar & Dan Plenary 2015	23
Sabomnim Workshop 2015	24
CJI – Chon-Jie-In e.V. & Social Projects:	25
Korean Diakonia Sisterhood	26
Young & Old together	27
Peru "Casa Verde"	28
Zambia "Stump Mission"	29
Myong Sang / Meditation Announcement	29
Local Projects of Shinson Hapkido Dojangs	30
Chon-Jie-In House Webern, Germany	32
Dojangs and Countries	33
ISHA Academy	38
Dojang List	40

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Chon-Jie-In Magazin erscheint i. d. R. am Ende eines
jeden Jahres. Shinson Hapkido Mitglieder und Interes-
sierte können sich ein Bild von den vielfältigen Bestre-
bungen machen, den Grundgedanken – die Förderung
einer aktiven Gesundheit und inneren Balance – gemein-
sam 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 und Helfer, die auf unterschiedlichste
Weise ihr Interesse zeigen, wäre dieses Jahreshaft nicht
zu realisieren. Allen, die Text- oder Bildbeiträge beige-
steuert, oder die Produktion z. B. durch Inserate oder all-
jährlich feste Bestellmengen unterstützt haben, sagen wir
deshalb herzlich Danke schön! Wir behalten uns jedoch
vor, falls erforderlich, Texte zu kürzen.

Viel Freude mit Nr. 25 wünscht das Magazin-Team

GRUSSWORT 2016 - SONSANIM KO. MYONG



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Freunde von Shinson Hapkido,

das „Jahr des Schafes“ haben wir verabschiedet, 2016 ist ein „Jahr des Affen – Won Sung I Hae“. Bei uns in Korea heißt es genauer: „ein Jahr des roten Affen“. Dieses spezielle Tierzeichen kehrt im Kalender nur alle 60 Jahre wieder. Als passendes Motto für die kommenden zwölf Monate haben wir für die Shinson Hapkido-Gemeinschaft „Frieden und Harmonie“ ausgesucht.

Der Charakter dieses roten Affen ist aber stark *Yang*: Er gilt als schlau und aktiv und verfügt über sehr viel Talent. Sein „Feuer-Charakter“ bringt den Menschen und der Natur Lebendigkeit, Bewegung und aktiviert Energie. Auf der anderen Seite ist der Affe auch ganz schnell zerstreut und unkonzentriert. Deswegen heißt es man: Wenn man eine gute Harmonie und Balance dieser beiden Seiten herstellt, kann man im Jahr des roten Affen besonders viel Kraft und Energie gewinnen.

2015 haben wir im Shinson Hapkido wieder viel Arbeit geleistet, unsere Leitidee dafür war: „zum Wohl von Mensch und Natur“. Bei unseren Do-

jangleiterinnen und -leitern, allen Dojang-Mitgliedern und ihren Angehörigen möchte ich mich für ihre Mühe und ihr Engagement bedanken.

Besonders wichtig war im vergangenen Sommer die Danprüfung zum 29. Ki mit sieben neuen Meisterinnen und Meistern (Sabomnim / 4. Dan). Dass drei Frauen darunter sind, ist wunderbar und es ist mir sehr wichtig. In der Welt der Kampfkünste ist es eine Seltenheit, vielleicht hat es das so sogar noch nie gegeben. Shinson Hapkido soll ja nicht einfach eine koreanische Kampfkunst sein, sondern sich auf einem Weg zur Menschlichkeit weiter entwickeln. Unabhängig vom Geschlecht kann und darf deshalb Jede und Jeder den Weg „Do“ gehen. Mit Shinson Hapkido wollen wir etwas für ein gesundes Leben tun – „Bewegung für das Leben“ ist deshalb unser Ziel.

2015 ist in Europa viel geschehen, die Entwicklung der Flüchtlingskrise haben wir alle verfolgt. Obwohl ich kein Fachmann in diesen Dingen bin, meine ich: Die ganze Welt ist zu männlich in Richtung „Feuer“ ausgerichtet: Dass Konsum, Technik, Auseinandersetzungen bis zum Krieg immer mehr zunehmen, ist dafür typisch. Deswegen brauchen wir 2016 zum Ausgleich sehr viel Konzentration auf die „weibliche“ Energie, wie sie uns das Wasser zeigt. So kann Shinson Hapkido helfen in der Welt mit Natürlichkeit, Ruhe, einer stärkeren Entwicklung zum Bio-Prinzip, einer herzlichen Harmonie und friedlichem Zusammenleben mit anderen Menschen zu unterstützen.

Eigentlich sind wir alle Flüchtlinge! Wir kommen ursprünglich von einem anderen geistigen Ort in diese Welt, die wir nur als Leihgabe bekommen haben. Wir sind als Menschen selbst ein Teil der Natur und sollten die Erde am Ende unseres Lebens „sauber“ verlassen. Das Beherrschen und Besitzen ist das Problem. *Im Inneren sind wir eins* z.B. mit den Flüchtlingen, die wir jetzt sehen, oder denen wir begegnen. Deshalb sollten wir uns untereinander respektieren, alles miteinander teilen, harmonisch und friedlich miteinander leben. Alles muss natürlich im richtigen Maß realisiert werden. Ich bin ganz sicher, dass wir dann sogar durch die Flüchtlinge, die jetzt zu uns kommen, mit neuer Energie und Lebendigkeit beschenkt werden. Die so genannte „Krise“ können wir auf diese Weise als ein großes Geschenk verstehen, denn wenn wir „Do“ praktizieren, werden wir ein Vielfaches von dem, was wir positiv tun, zurückerhalten.

Deshalb habe ich mir für 2016 vorgenommen, mit dem Yang-Charakter richtig umzugehen und harmonisch zu leben – so wie am Anfang beschrieben. Ich will nicht fragen: Was kann ich haben, sondern: Was kann ich tun?

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und uns, dass wir alle Frieden und Harmonie tatsächlich erreichen und gemeinsam ein lebendiges, friedvolles Jahr erleben.

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



GREETING 2016 BY SONSANIM KO. MYONG

Dear Students and Friends of Shinson Hapkido,

We have said good bye to the „Year of the Sheep“, 2016 is a the „Year of the Monkey - Won Sung I Hae“. In Korea it's more precisely the „Year of the Red Monkey“, this special animal sign returns every 60 years only. For our Shinson Hapkido community we have selected as a appropriate motto „Peace and Harmony“ for the coming twelve months.

However, the character of this red monkey is markedly yang: He is considered as clever and active and is very talented. His „fire character“ activates energy and brings liveliness and movement to human and nature. On the other side the monkey is quite fast absent-minded and lacks concentration. Thus, if one creates a good harmony and balance of these *both* sides, particular a lot of strength and energy will be gained.

In 2015 we have performed a lot of work again, our guiding principle is: „Stand up for the Good of Human and Nature“. I'd like to thank our Dojang leaders, all Dojang members and her families for their efforts and their commitment.

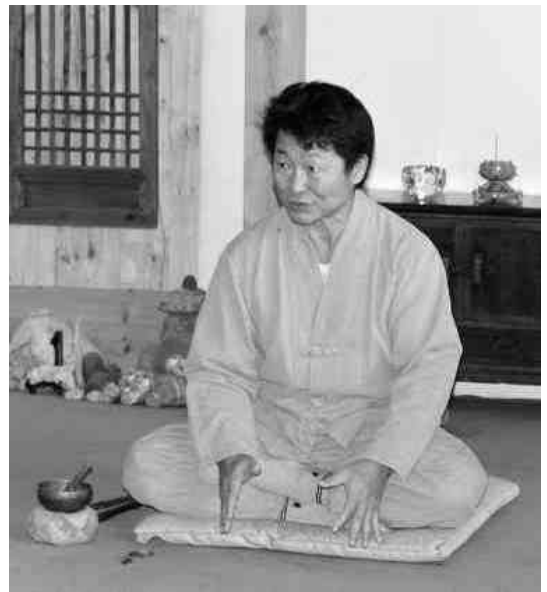
Last summer especially the 29th Ki black belt examination was of great importance with seven new masters (Sabomnim / 4th Dan). The fact that three of seven were women is wonderful and very important to me. In the world of martial arts this is very rare and may even never has been before. Shinson Hapkido should not be a

simple Korean martial art, but be developed on a way to humanity: Regardless of gender everybody can follow the way of „Do“. With Shinson Hapkido we want to do something for a healthy life, Therefore „movement for life“ is our goal.

A lot has happened in Europe 2015, we are all aware about course of the refugee's crisis. Although I am no expert in these things, in my opinion the whole world is concentrated on „Fire“, and typical for that, consumption, technology, conflicts till war grow.

Thus, in order to compensate we need in 2016 a lot of concentration on the „female“ energy as water shows us. Shinson Hapkido can help us to bring more naturalness, rest, a stronger development to the organic principle into the world and thereby support a warm harmony and a peaceful life together.

Actually, we all are refugees! Originally we came to this world from a spiritual place, we just got it as loan. We are a part of nature and should leave the earth „clean“ at the end of our life. The problem is control and possession. On the *inside we are one* with the refugees who we see or meet nowadays. Therefore, we should respect each other and share everything, live together harmoniously and peacefully. Of course everything must be realised accordingly. But I am quite



sure we will get new energy and liveliness as a present from the refugees who came to us. We can understand the so-called „crisis“ as a big gift, due to if we follow „Do“ we get back multiple times what we did good.

Therefore, I have decided to handle the yang character in 2016 properly and to live harmoniously, as I pointed out at the beginning of this greeting. I don't want to ask: What can I have, but: What can I do?

This in mind I wish you and us a pleasant and peaceful experience in the year 2016.

Yours, Sonसानिम को. म्योन्ग
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>

ISHA

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 2012)

1. Chairmen: Jochen Liebig

2. Chairmen: Ruth Arens

Secretary: Christoff Guttermann

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 ISHA is divided in:

Organisation: The ISHA secretary (information, organization of seminars, correspondence, advertising etc.)

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
IBAN DE 52 5089 0000 0010 7644 24,
BIC GENODEF1VBD

Dan-Representatives: Contact of all Black Belts inside the International Shinson Hapkido Association

Dear Shinson Hapkido members,

representing all black belts of Shinson Hapkido, we attend to the annual ISHA meeting in January, held at the Chon-Jie-In House in Webern, Germany and invite you to tell us your discussion points for the ISHA meeting as well as for the annual black belt meeting in October which we moderate.

We also offer support in case you need a contact person within the ISHA who can help solving potential problems with your Dojang leader, if s/he is not available for any reason. Just let us know, we try to help.

Kind regards



DanvertreterInnen:

Ansprechpartner für alle DanträgerInnen in der ISHA

Liebe Shinson Hapkido Danträger und SchülerInnen,

als gewählte Repräsentanten der Danträgerschaft nehmen wir an der Vollversammlung der ISHA, die jedes Jahr Ende Januar im Chon-Jie-In Haus in Webern stattfindet, teil. Wenn Ihr Themen habt, die dort zur Sprache kommen sollen, lasst es uns wissen. Außerdem moderieren wir beim Dantreffen im Oktober die Dan-Vollversammlung.

Wenn Ihr Hilfe von der ISHA benötigt, weil ihr Probleme habt, die ihr mit Eurer Dojangleitung nicht lösen könnt, oder aus welchen Gründen auch immer, sprecht oder schreibt uns an und wir versuchen zu helfen.

Liebe Grüße

Sabomnim Christian Schmidt
christian.schmidt@shinsonhapkido.org
Mobile +49(0)157-77874265

and
Sabomnim Rotraud Hänlein
rotraud.haenlein@shinsonhapkido.org
Mobile +49(0)178-4721703

29th Dan-Examination 2015, we congratulate:



4th Dan (Sabomnim)

Jorgen Loye Christiansen, Roskilde/DK
Horst Bastigkeit, Berlin/D
Rotraud Hähnlein, Hamburg 5/Berlin/D
Sigrid Bujack-Blecher, Hamburg 5/D
Ruth Arens, Bremen/D
Klaus Feil, Berlin/D
Frank Larsen, Holbaek/DK

3rd Dan (Bu-Sabomnim)

Jens Hering, Hamburg 5/D
Ursula Bettmer, Hamburg 5/D
Ingrid Meyerhöfer, Tübingen/D
Barbara Kutter, Hamburg 5/D
Stefan Spiertz, Berlin/D
Severin Lempp, Tübingen/D



2nd Dan

Eckard Pisch, Darmstadt/D
Claudia Risch, Tübingen/D
Jesper Skou Pedersen, Aarhus/DK
Cordula Caspary, Bremen/D
Lars Christensen, Aarhus/DK
Rene Jetzen, Amel/B
Renate Giuliani, Tübingen/D
Vadim Ulmer, Frankfurt/D
Lotte Meier, Darmstadt/D
Thorsten Gross, Elsenborn/B
Bernhard Giuliani, Tübingen/D
Dietrich Werminghausen, Tübingen/D
David Pedersen, Hvidovre/DK

1st Dan, 29th Ki-Generation:

Simon Dengler, Darmstadt/D
Kathrin Wilkes, Hamburg 5/D
Susanne Stöffel, Tübingen/D
Gesa Frömberg, Darmstadt/D
Victor Hartvig Mortensen, Aarhus/DK
Maria Höfer, Tübingen/D
Lukas Roppelt, Bad Emstal/D
Sam Bruun-Lund, Hvidovre/DK
Olivier Wiesemes, Amel/B
Greta Bernau, Bremen/D
Patrick Ott, Offenbach/D
Lars Hedemann Nielsen, Holbaek/DK



Int. Shinson Hapkido End-of-the-Year Benefit Celebration on December 20, 2014



Benefiz-Jahresabschlussfeier am 20. Dezember 2014

Nach einem ereignisreichen Shinson Hapkido Jahr 2014 fand am 20. Dezember 2014 die alljährliche große Shinson Hapkido Benefiz Jahresabschlussfeier in Griesheim bei Darmstadt statt.

Die Tombola war aufgrund der breiten Unterstützung vieler Dojangs mal wieder ein toller Erfolg. Insgesamt sind für die koreanische Diakonia Sisterhood und ihr Projekt in Mockpo, Korea „Han San Chon“ 7.003 Euro über die Tombola gesammelt worden. Dieses Geld wurde in Korea im April 2015 von Sonsanim Ko Myong an die Schwestern der Diakonia Sisterhood übergeben.

After an eventful Shinson Hapkido year 2014 the annual Shinson Hapkido End-of-the-Year benefit celebration took place on December 20, 2014 in Griesheim, near Darmstadt.

The tombola was once again a great success due to the support of so many Dojangs. In total were collected 7,003 Euro for the Korean project of the Diakonia Sisterhood „Han San Chon“. This money was handed over to the Sisters of the Diakonia Sisterhood by Sonsanim Ko Myong in April 2015 .

Thanks to good organization and many helping hands the celebration was once again a very nice experience and we celebrated until morning hours. „The old people have even timely outlasted the Belgian youth.“ ;-)

Many thanks to the organizers and presenters, all helpers and supporters, and to all those who were there from near and far and have thus also given their contribution for the success.

Dank guter Organisation und vieler helfenden Hände war die Feier wieder einmal ein sehr schönes Erlebnis und wir haben bis in die Morgenstunden gefeiert. „Die Alten haben zeitlich sogar die belgische Jugend überdauert.“ ;-)

Vielen Dank an Organisatoren und Moderatoren, alle HelferInnen und UnterstützerInnen und an alle die, die da waren von Nah und Fern und damit auch ihren Beitrag für ein gutes Gelingen geleistet haben.

Christoff Guttermann, ISHA Board



merci ☺ mange tak ☺ thank you
herzlichen Dank

Im Namen der Int. Shinson Hapkido Association möchten wir uns bei allen bedanken, die mitgeholfen haben unsere **Jahresabschlussfeier** in ein wunderbares Fest zu verwandeln.

Außerdem gratulieren wir allen Gewinnern der Tombola, und sagen noch mal: danke für die sensationellen Sachspenden, die großzügigen Geldspenden und allen die mit dem Kauf der Lose dazu beigetragen haben, dass wir

7003,- €

an die **Diakonia Sisterhood in Korea, Hansan Chon** Spenden können.

Wir wünschen allen ein gesundes und schönes neues Jahr

Das JAF- Orgateam:

Kyosanim Karin Wieck und Sabominim Christian Schmidt

P.s. Die Nachfrage nach den Losen war so groß, dass einige von Euch keine Lose mehr erwerben konnten. Deswegen werden wir nächstes Mal ausreichend Lose vorbereiten, damit alle die ein Los kaufen wollen auch eins bekommen.

That was 2015!

Annual Plan of the Int. Shinson Hapkido Association e.V. (ISHA e.V.)

Jan. 30, 2015, D-Webern
**Annual Meeting of the
 Shinson Hapkido Dojang-
 Leaders**

Jan 31, 2015, D-Webern
General Meeting of ISHA e.V.
 Annual meeting of members and
 directorate at the CJI-House

Feb. 20 – 22, 2015, D-Aachen
International 2nd Dan Workshop
 under the direction of
 Sabomnim Christian Schmidt

Mar. 13 – 15, 2015, D-Seligenstadt
Bu-Sabomnim Workshop
 Annual meeting of Bu-Sabomnim

Mar. 27 – 29, 2015, D-Seligenstadt
Teacher Education and Training
 International Kyosanim course

Apr. 03 – 05, 2015, D-Aachen
International Spring-Seminar

May. 1 – 3, 2015, D-Lüneburg
**Int. Children and Youngster-
 Seminar**

May 15 - 17, 2015, Denmark
International Country-Seminar



Jul. 31 – Aug. 7, 2015,
 D-Hamburg
International Summer-Camp

Sep. 5 - 19, 2015, Greece
Crete-Tour

Oct. 17– 18, 2015, D-Darmstadt
**International Dan-Seminar
 with Dan-Plenary Meeting**

Oct. 23 – 25, 2015, D-Seligenstadt
Sabomnim Workshop
 Annual meeting of Sabomnim

Nov. 6 – 8, 2015, D-Hamburg
International Autumn-Seminar

May 19 – 20, 2015, D-Darmstadt
**International Dan-Examination
 29th Ki**, theoretical examination

May 23 – 25, 2015, D-Reinheim
International Pentecost-Seminar

Jun. 19 – 21, 2015, D-Darmstadt
**International Dan-Examination
 29th Ki**, practical examination

Nov. 20 – 22, 2015, D-Hamburg
Teacher Education and Training
 International Kyosanim course North

Nov. 29, 2015, D-Darmstadt
**Shinson Hapkido Yard Bazar
 as Assistance to the Elderly**
 annual bazar with auction in the yard
 of the international center-dojang

Dec. 19, 2015, D-Darmstadt
**Shinson Hapkido End-of-Year
 Benefit Ceremony**



Workshop for the 3rd Dan-Programme in D-Aachen, February 20 – 22, 2015

Programme Workshop 3rd Dan

In the third cold week of February, Ash Wednesday was finally over, and as an old Carnival enthusiast only now you're ready for something new! On Friday I finished my normal work a little earlier to go for the 3rd Dan workshop in Aachen. Through snow over the high Venn to Aachen, where I arrived at 5 pm in Oranienstraße 9 just in time. It's my first 3rd Dan workshop and my first visit to the Dojang Aachen. I needed to look closely to find the entrance to the house's door, where a sign to a dance school is labelled. „Fits somehow, I thought to myself“. Then, in the backyard I recognised the building showed in the workshop tender.

Programm-Workshop zum 3. Dan

In der dritten kalten Februarwoche war es soweit, Aschermittwoch endlich vorbei, und als alter Karnevalist, ist man erst dann wieder für Neues bereit! Am Freitag beendete ich meine normale Arbeit etwas früher um zum 3. Dan Lehrgang nach Aachen zu fahren. Durch den Schnee ging es übers hohe Venn nach Aachen, wo ich auch pünktlich um 17 Uhr in der Oranienstraße 9 ankam. Es ist mein erster 3. Dan Lehrgang und auch mein erster Besuch im Dojang Aachen. Ich musste schon genau hinsehen um den Eingang in der Hauseinfahrt zu finden, an der ein Hinweis zu einer Tanzschule angebracht ist. „Passt irgendwie, dachte ich“. Im Hinterhof dann erkannte ich das Gebäude von der Ausschreibung.

Der Eingang und die Architektur dieser ehemaligen Tuchfabrik ist ein Zeuge des Schaffens vor mehreren Jahrzehnten. Ja hinter diesen Tonziegel-Mauern ist von unzähligen Menschen für den Lebensunterhalt gear-

beitet worden. Diese Ära ist vorbei, und was bleibt ist die Infrastruktur. Ich kann es mir nicht verkneifen, einige Zeilen dazu zu schreiben, da mich die Geschichte solcher Gebäude immer fasziniert. Eine alte Tuchfabrik unweit des Stadtzentrums von Aachen, ein Pol der Ruhe, erbaut aus roten Tonziegel (1906 – 1911), typisch für diese Zeit.

Eine steile Treppe führt nach oben zum Dojang, nur einige Schilder weisen darauf hin das auch andere Vereine im Gebäude sind. Der Dojang als Raum ist durch seine Größe sehr beeindruckend, die Decke ist aus weiß gestrichenem vergossenem Stahlbeton, es könnte eine Wohnzimmerdecke sein. Jedes Brett der Verschalung hat seinen Abdruck hinterlassen. Solch einen Raum zu finden in einer so großen Stadt, unweit des Zentrums und trotzdem ruhig, ist als Glücksgriff anzunehmen.

Oben angekommen betrat ich dann den Dojang wo schon fast alle im Gemeinschaftsraum versammelt waren. Nach einem Willkommenstrunk begrüßte Bu-Sabomnim Christoff Guttermann als Ausrichter die 24 Teilnehmer. Er schilderte kurz den Ablauf des Lehrgangs und stellte uns den Lehrer des diesjährigen Workshops Sabomnim Christian Schmidt, sowie als weiteren Assistenten Bu-Sabomnim Jurij Menzel vor.

Pünktlich um 18 Uhr begann das Training bis um 20.30 Uhr. Es wurden einige Techniken zum 3. Dan gezeigt und trainiert. Um 21 Uhr wurde dann gemeinschaftlich zu Abend gegessen, und anschließend diskutiert.



Samstags ging es nach dem Frühstück um 9 Uhr wieder los. Es wurden viele Techniken trainiert, die alle für mich neu waren, und mir viel Spaß bereitet haben. Besonders erinnere ich mich gerne daran, dass nach der Mittagspause Sabomnim Christian jeden Teilnehmer eine Aufwärmübung machen ließ. Ich war ganz überrascht welche Phantasie manche in Ihren Bewegungen zeigten. Abends gegen 19 Uhr am Ende des Trainings, merkte ich, dass meine Beine schwerer geworden waren. Der Tag war sehr bewegungsreich und ich stellte fest, das für diese Stufe Sprungtraining und Fallübungen wohl etwas leidenschaftlicher trainiert werden müssen. Das Abendessen verbrachten wir in gemeinsamer Runde in einem Restaurant in Aachen unweit des Dojang.

Start des Trainings am Sonntag war zur gleichen Zeit wie am Vortag, und es wurde mit den Jung Bong gearbeitet. Ich war froh, dass die Gruppe geteilt wurde, denn es war für mich das erste Mal, dass ich einen Teil des Jung Bong Hyong erklärt bekam. So konnte ich viel Neues mitnehmen. Gegen 12.30 Uhr wurde das Training beendet. Somit endete auch nach der Fragestunde dieser Lehrgang gegen 15 Uhr.

Ein großes Dankeschön gilt Sabomnim Christian, den Bu-Sabomnim Jurij und Dojangleiter Christoff, aber ganz besonders auch allen Freunden aus dem Dojang Aachen für diese tolle Erfahrung. Ich komme wieder ...

Erwin Maraito Dojang Elsenborn





Springtime Seminar in Aachen, which was an Easter Celebration

On Easter to Aachen for a seminar, so far, far away, that needed to be well thought through, but finally I have decided to go. The big event, the „Dan-Examination“ cast it’s shadow, and I knew that I really needed the exercise. Thought, done, three of us went from Darmstadt to Aachen. We were welcomed by the many friendly people in Aachen Dojang so warmly, who were there with all hands on deck to make our stay as pleasant as possible. It is an impressive Dojang, self-renovated with lots of wood in an old factory building, very bright with a warm friendly atmosphere.

Frühjahrslehrgang in Aachen, der ein Osterfest war

An Ostern nach Aachen zu einem Lehrgang, so weit, weit weg, das wollte überlegt sein, aber ich habe mich dafür entschieden. Das große Ereignis, die "Danprüfung" warf ihre Schatten voraus und ich wusste, dass ich die Übung dringend nötig hatte. Gedacht, getan, zu dritt fuhren wir aus Darmstadt nach Aachen. Wir wurden herzlich begrüßt von den vielen freundlichen Menschen im Aachener Dojang, die mit Mann und Maus alle da waren um uns den Aufenthalt angenehm zu gestalten. Es ist ein beeindruckender Dojang selbst renoviert mit viel Holz in einer alten Fabrikhalle, sehr hell mit warmer freundlicher Atmosphäre.

Am Freitagabend ging es für die Braun-Schwarzgurte gleich los mit einem Training, das Sonsanim Ko Myong leitete. In lockerer Atmosphäre mit vielen Schwarzgurten als freundliche Unterstützung wurden viele Techniken geübt, selbst die Techniken und

Formen des Drachen-Jongs haben wir wiederholt und bei Fehlern sehr freundliche und prompte Hilfe erfahren. Als dann Feierabend war, hatten wir guten Hunger und fanden auch schnell etwas Feines. Die anderen Farbgurte machten gemeinsam einen Ausflug in die Aachener Innenstadt. Nach einer ruhigen Nacht im Dojang gab es ein leckeres reichhaltiges Frühstück, dann Gemeinschaftstraining für alle Gurtstufen, dann Gruppentraining. Nach der Mittagspause in der wir ein gutes und preiswertes Essensangebot hatten, ging es zu Fuß zu einer nahegelegenen Turnhalle, in der für alle viel Platz war. Wir Braunschwarzgurte waren gespannt auf das Gruppentraining mit denjenigen, die in der Danprüfung mit uns schwitzen würden. Eine gute Gelegenheit die anderen kennenzulernen und auch die Techniken mal neu und bis ins kleinste Detail erklärt zu bekommen.

Die anderen Farbgürtel hatten viel Spaß bei den eigenen Techniken, die in kleineren Dojangs bei gemischtem Training manchmal zu kurz kommen. Das Training war sehr abwechslungsreich und hatte besonders bei den Gemeinschaftstrainings, die von vielen Kyosanim gestaltet wurden, viele unbekannte schöne Bewegungen und Spiele. Beeindruckend war natürlich Mine, die in ihrem zarten Alter schon perfekt mit dem Papa vorführte, was wir machen sollten.

Am Abend gab es ein wunderbares reichhaltiges köstliches Buffet bei dem sich die kleine Aachener Gemeinschaft übertroffen hat. Es war ein wunderschöner Abend mit viel Spaß.

Der Ostersonntag stand unter einem ganz besonderen Stern. Begonnen im Dunkeln mit Meditation und Gymnastik bis zum Sonnenaufgang, dann ein Osterbrunch der Sonderklasse. Ein riesiger Tisch mit Ostergras, auf dem die Teller und Körbchen mit dem Frühstück standen. Eine Augenweide, Genuss für Augen und Magen. Noch ein gemeinsames Training in der Sporthalle, dann sind wir alle fröhlich nach Hause gefahren. Es war noch viel Zeit mit der Familie Ostern zu feiern.

Ich würde sofort wieder hin fahren. Ich habe Vieles gelernt und geübt und hatte viel Spaß. Allen Aachenern ein herzliches Dankeschön für all die Freundlichkeit, die sie uns entgegenbrachten, die gute Versorgung mit Speis´ und Trank und für die Zeit, die sie sich für uns freigehalten haben.

Gesa Frömberg, Dojang Darmstadt



International Spring-Seminar in D-Aachen on April 3 - 5, 2015



This year's Springtime-Seminar was dominated by the Easter Festival. Just in time on behalf of ISHA the Dojang Aachen and his leader Bu-Sabomnim Christoff Gutterman had invited for a weekend of training, joy and community.

Approximately 110 Shinson Hapkido enthusiasts who had travelled from near and far housed the Karls-City this weekend.

Der diesjährige Frühjahrslehrgang stand ganz im Zeichen des gleichzeitig stattfindenden Osterfests. Pünktlich dazu hatte für die ISHA der Dojang Aachen unter der Leitung von Bu-Sabomnim Christoff Gutterman zu einem Wochenende voller Training, Freude und Gemeinschaft eingeladen.

Etwa 110 Shinson Hapkido Begeisterte beherbergte die Karlsstadt an diesem Wochenende, die von nah und fern anreisten.

Schon gegen 13:30 am Freitag trafen die ersten Gäste aus Dänemark ein, mehr als 5 Stunden vor Trainingsbeginn. Nach und nach trudelten auch die restlichen Teilnehmer ein und es gab ein freudiges Wiedersehen vieler alter Bekannter.

Ab 19:00 Uhr startete dann das Training ab dem 1. Ki unter der Leitung von Sonsanim im Dojang. Allen Farbgurten, die noch nicht den Braunschwarzen Gürtel erreicht hatten,

wurde eine kleine Stadtführung angeboten.

Am nächsten Morgen startete dann das Training morgens um 10 in einer benachbarten Sporthalle, zu dem dann auch die restlichen Leute eintrafen, die abends zuvor noch nicht teilnehmen durften. Nach einer Stunde Ki-Tanken im Gemeinschaftstraining wurden die Gruppen aufgeteilt und jeder konnte seine Techniken im Gürtelstufentraining verfeinern.

Der Tag wurde dann abends wundervoll von einem reichhaltigen Buffet abgerundet, bei dem sich jeder nach Herzenslust bedienen konnte.

Und als wäre das nicht schon genug wurde morgens nach der Meditation auch schon wieder mit einem Oster-/Frühstücksbuffet der Extraklasse weitergemacht. Wer also bei diesem Lehrgang nicht satt geworden ist, ist selbst schuld. Gestärkt wie man war ging es dann auch wieder sofort ab



zum Training. Noch ein letztes Mal schwitzen und dann hieß es auch schon wieder Abschied nehmen.

Mir persönlich ist dieser Lehrgang in Erinnerung geblieben aufgrund seiner tollen Stimmung und dem positiven Gefühl, dass ich danach mit Nachhause genommen habe. Außerdem hat der Aachener Dojang eine Hammer-Leistung bei der Vorbereitung und Leitung des Lehrgangs erbracht! Ich freue mich aufs nächste Mal.

Wiesemes Olivier, Dojang Amel

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>

International Children & Youngster Seminar in D-Lüneburg on May 1 - 3, 2015



Shinson Hapkido Hasselroth at the intensive seminar with about 130 children and adolescents in the „Lüneburger Heide“. Four children from Dojang Hasselroth and Jürgen Bäckmann as supervisor visited from May 1 till May 3, Lüneburg for this year's children's and youngster seminar.

Shinson Hapkido Hasselroth e.V. beim Lehrgang Intensivtraining mit ca. 130 Kindern und Jugendlichen in der Lüneburger Heide: vier Kinder aus dem Dojang Hasselroth und als Betreuer Jürgen Bäckmann besuchten vom 1. – 3. Mai Lüneburg zum diesjährigen Kinder- und Jugendlehrgang.

Die knapp 130 Kinder und Jugendlichen (10 bis 21 Jahre) aus den verschiedensten Dojangs wurden zunächst in 12 „Tier“-Gruppen bunt zusammengewürfelt, d.h. jede einzelne Gruppe bestand aus Kindern unterschiedlicher Dojangs, unterschiedlichen Altersklassen und Gürtelstufen. Diese Gruppe hat die folgenden 3 Tage weitestgehend zusammen verbracht. Neben dem Sport standen vor allem das gemeinschaftliche Erleben und das Kennenlernen im Vordergrund.

Gemeinschaftliche Mahlzeiten, mit Spülen oder Tischdecken, Teamtraining, eine Nachtwanderung mit Gruselementen und auch eine kleine Vorführung am Ende des Lehrgangs rundeten das Programm ab. Einzig das Kuptraining am 3. Mai wurde nach den Gürtelfarben aufgeteilt. Einzelne Einheiten des Gemeinschaftstrainings wurden nach bestimmten Themen wie Akrobatik, Fallübungen und

Spieltraining durchgeführt. Neben den sportlichen Aktivitäten stand das Treffen unter dem Diskussionsthema „Großer Mensch“.

Mittags und Abend verwöhnte ein Koch die Anwesenden, so dass am letzten Tag noch ein sonnenverwöhntes Abschlussgrillen mit Eltern und eine kleine Vorführung jeder Gruppe für einen rundum gelungenen Lehrgang sorgten.

Der eine oder andere Muskelkater hat sich in den drei Tagen eingeschlichen, da das Training zwischen 2,5 und 4 Stunden am Stück dauerte. Jeden Morgen um 5:30 Uhr schlug der Gong für den Start der Meditation und obwohl viele Kinder abends auch nicht schlafen wollten, waren sie nicht müde zu bekommen,

Nächstes Jahr findet der Lehrgang wieder in der Nähe von Darmstadt statt.

*Jürgen Bäckmann,
Dojang Hasselroth*

The children and youngster camp is a place where children and young people learn important values, like being nice to the people around you and to the nature as well. At the camp we lived in groups across Dojangs and age. In these groups, we make everything together and thereby build close friendships with people you might not would have sought out yourself. By that we learned to live together as a „family“, with both older and younger siblings. Besides being together in your new „family“, the participants also learn to live and be in the moment. All electronic devices, clocks and money are taken away at the beginning at the camp, due to that it is not possible to be distracted from everyday problems and you learn to enjoy living in the moment, which people often forget nowadays.

It is important for children and young people today to learn to enjoy being out in nature. They spend too much time at home in the living room, in front of the computer or TV and thus they forget the joy of socializing outside in nature and in the real world. At the camp, we spent the first day outside in woods and nature, where we did a lot of fun team building exercises, to get to know your group, it was a pleasure to experience.

To treat nature well, you live in the camp by the principle that we should leave the nature nicer and cleaner than when we arrived. This is a good principle, which should be used in daily life as well. It is therefore good that the participants already learn it at a young age. During meditation, we imagined to be a piece of nature, to connect with, it could be a stone or stick which we had found the day before.



International Children & Youngster Seminar in D-Lüneburg on May 1 - 3, 2015



The camp's major theme was „Ein großer Mensch“, which means a great human being. Several times during the camp, we had to explain the meaning of what that is. This way, children and young people get interest in turning themselves into a great human being. Children are our future and with this particular set of mind they can change our future to a better place for all.

In Shinson Hapkido it is important that we push ourselves and extend beyond our own borders. Therefore, there was a bravery test, where participants had to overcome their fear and gain courage. They had to work together in their groups and learn to help and be there for each other.

On the children and youngster camp, I have gotten a lot of great experiences and friendships that I will remember and keep close. I would love to experience a camp like this again.

Kinder-Jugendlejr er et sted hvor børn og unge lærer vigtige værdier, som at omgå hinanden og naturen godt. På lejren levede vi i grupper på tværs af dojanger og alder. I grupperne laver man alt sammen gennem hele lejren og derved får man opbygget nære venskaber og et godt sammenhold med folk man måske ikke selv ville have opsøgt. På den måde lærer man, over lejrens forløb, at leve sammen som en "familie" med både store og små søskende. Udover at være sammen i sin nye "familie", så lærer delta-

gerne også at leve og være i nuet. Alle former for elektronik, urer og penge, bliver ved lejrens begyndelse taget fra deltagerne. På den måde har man ikke mulighed for at blive distraheret fra dagligdagens problemer, og man lærer at nyde at leve i nuet, hvilket folk ofte glemmer i disse dage.

Det er vigtigt for børn og unge i dag, at lære at nyde at være ude i naturen. De bruger alt for meget tid hjemme i stuen, foran computeren eller tv'et og derved glemmer de glæden ved at være social udenfor i naturen og den virkelige verden.

På lejren brugte vi den første dag på at være ude i skoven og naturen, hvor vi lavede en masse sjove teambuildings øvelser, for at lære ens gruppe bedre at kende. Alle nød det og det var en ren fornøjelse at opleve.

For at omgå naturen godt, så lever man på lejren efter, at vi skal forlade naturen pænere end da vi ankom. Dette er et godt princip som man også

bør bruge i dagligdagen. Derfor er det godt at deltagerne allerede lærer det i en ung alder og lever efter dette princip.

Under meditation sad vi også med et stykke af naturen, for at forbinde os bedre med den. Det var f.eks. en sten, eller pind som man havde hentet dagen tidligere.

Lejrens store tema var "Ein großer Mensch", som betyder et stort menneske. Flere gange under lejren skulle vi forklare betydningen af hvad "et stort menneske" er. På den måde får børnene og de unge også selv interesse i, at gøre sig selv til et stort menneske.

Børn er vores fremtid og med netop denne indstilling, i en tidlig alder, kan de ændre vores fremtid til et bedre sted for alle.

I Shinson Hapkido er det vigtigt at vi presser os selv og også overskrider vores egne grænser. Til dette var der, lavet en modighedsprøve, hvor deltagerne skulle kæmpe sig igennem deres frygt og vinde mod. De skulle arbejde sammen i deres grupper og lære at hjælpe- og være der for hinanden.

På Kinder-Jugendlejr har jeg fået en masse gode oplevelser og venskaber, som jeg vil huske tilbage på og holde tæt. Jeg vil med glæde opleve sådan en lejr igen.

Mathias Nielsen, Dojang Holbæk





Being there is cool

After about a year with only little and another six months without training it is maybe not the best idea to go to the Pentecost-Seminar?

The start: due to business and private appointment accumulations, I didn't managed to join the welcome fruit buffet, the singing, the warm-up by Sonsanim including the storing of our watches. That's why I let my watch at home right away. I was on time for the training, everything was fine and by many repetitions very familiar: training all together in the small hall, group training on the green and confusion: training all together again? Before noon? (Who now doubtfully holds on while reading, is right!)

Dabeisein ist cool

Nach ca. einem Jahr wenig und einem weiteren halben Jahr ohne Training zum Pfingstlehrgang fahren: vielleicht keine gute Idee?

Der Start: wegen Terminhäufungen beruflicher und privater Natur schaffte ich es nicht zur gemeinsamen Begrüßung mit Obstbuffet, Singen, Einstimmung durch Sonsanim inklusive dem alljährlichen Wegpacken der Uhren. Deshalb ließ ich meine Uhr gleich zu Hause. Zum Training war ich pünktlich, alles passte und war durch viele Wiederholungen sehr vertraut: Gemeinschaftstraining in der kleinen Halle, Gruppentraining auf der Wiese und dann die Verwirrung: noch mal Gemeinschaftstraining? Vor dem Mittag? (Wer jetzt zweifelnd beim Lesen innehält, ist im Recht!)

Egal, entsprechend der Ansage im Training: „Schön locker bleiben und, wenn gefühlt locker, noch mal 30 Prozent loslassen.“ Leicht gedacht, die Umsetzung fällt bei der Gruppenpower schwer, so ganz ohne Gas geben geht es doch nicht.

Zwischendurch der Blick auf die Uhr in der Halle: OK, es gibt eine, nur dummerweise geht sie falsch, irgendwas mit 17 Uhr. Ein weiterer Blick zeigt, dass die Uhr nicht steht, 18 Uhr. Naja, macht auch nichts, wofür gibt's den Gong. Dann umziehen und zum Essen. Was gibt es jetzt? Koreanisch, meint P. Nee, sag ich, das gibt's erst abends. Ja, sagt P., es ist abends!

KLICK, jetzt erst rastet mein Zeitgefühl ein und alles gibt einen Sinn: Gemeinschaftstraining in der Großen Halle, die „falsche“ Uhrzeit der Hallenuhr, alle strömen jetzt zum Vortrag von Sonsanim!!! Wie stur bin ich eigentlich, alle Zeichen zu ignorieren! Lange hab ich nicht mehr so über mich gelacht.

Das koreanische Essen war wieder sensationell.

Anschließend gönnte ich mir als Darmstädter den Luxus, mein vergessenes Handtuch von zu Hause zu holen. Eine kleine Motorradtour am Abend, schöne Vorstellung. War aber eine mäßig gute Idee: Da gibt es in der Hüftbeuge Muskeln, die genau die Sitzposition auf dem Moped als Anlass nehmen, sich heftig zu verkrampfen. Und das unterwegs immer mal wieder. Also nur sanft beschleunigen, Beine ausstrecken bis der Muskel

aufgibt, das muss dann gehen. Diese Krampf-Erfahrung konnte ich am nächsten Morgen mit E. teilen und erhielt zur Antwort: „Gut, dass du das erzählst, das beruhigt mich, ich dachte immer, alle anderen seien so fit und nur ich würde mich mit Krämpfen rum-schlagen.“

Jetzt bin ich richtig da. Das Lockerlassen-Motto macht sich bezahlt, die Trainings, Mahlzeiten, Joketimes laufen im vertrauten Rhythmus, begleitet von Smalltalks, verschieden tiefgründigen Gesprächen und vielen schönen Gesten des Vertrautseins. Das Wetter kann freundlicher zu uns nicht sein (zugegeben, viel gerollt sind wir auf dem harten Boden nicht), als Sahnehäubchen gibt's noch einen Regenschauer als Abschluss des letzten Trainings. Ob die Vögel ringsum froh sind, dass das schreiende Volk wieder abfährt? Wahrscheinlich gibt es anderes, was sie mehr beschäftigt.

Resümee: Es war eine gute Idee, nach Groß-Bieberau zu fahren. Ein bunter Mix verschiedener Lieder, Witze, Gesprächsfetzen ist in meinem Kopf. Der Körper fühlt sich gut an, auch wenn die Muskeln wehtun. Die Seele fühlt sich auch gut. Und morgen in der Schule werde ich meinem anstrengendsten Schüler herzlich versichern, was für ein wertvoller Mensch er ist. Ich bin mir da jetzt wieder ganz sicher! Bis bald.

Arndt Elxnat, Dojang Darmstadt

International Pentecoast-Seminar in D-Groß-Bieberau on May 23 - 25, 2015

In the „Year of the Sheep“ Gross-Bieberau in the Odenwald was the aim of the annual Pentecost seminar. After a warm welcome with local fruits, musical intermezzos and a brief welcome of the approx. 180 participants, the training began outdoors. In the evening after a delicious traditional Korean dinner Sonsanim was given a speech concerning the motto of this year „Stand up for the Good of Human and Nature“.



Groß-Bieberau im Odenwald war das Ziel des diesjährigen Pfingstlehrgangs im „Jahr des Schafes“. Nach einem herzlichen Empfang mit heimischem Obst, musikalischen Einlagen und einer kurzen Begrüßung der ca. 180 Teilnehmer begann das Training in freier Natur. Abends gab es dann vor dem leckeren traditionellen koreanischen Abendessen noch einen Vortrag zum diesjährigen Jahresmotto „Sich einsetzen zum Wohl von Mensch und Natur“.

Neben den vier Vertretern aus Hasselroth kamen die Teilnehmer aus ganz Deutschland und sogar Belgien und Dänemark. Am Sonntag und Montag wurden alle bereits um 5:30 Uhr mit dem Gong geweckt, um sich langsam auf die folgende 30-minütige Meditation vorzubereiten.

Anschließend gab es einen lockeren Waldlauf in Richtung einer kleinen hügeligen Anhöhe über dem Ort. Wie ein Weckruf schalte und echote dann der

gemeinsame Schrei der Sportler über die umliegenden Dörfer. Bei den zuvor durchgeführten Atemtechniken sammelt sich die Energie im ganzen Körper, um dann mit dem damit verbundenen KiHap (Energieschrei) entladen zu werden. Ein tolles Gefühl.

Danach ging es entspannt und mit einem Lächeln im Gesicht zum Frühstück. Am Sonntag gab es nach dem Frühstück und auch nach dem Mittagessen jeweils ein einstündiges Gemeinschaftstraining, gefolgt von einem anderthalbstündigen Gruppentraining. Abgerundet wurde das Pfingstlager am letzten Tag mit einem „Festival“. in den Kategorien Hyong (Formlauf), Weitflug-Fallübung über Schlafsäcke und freie Form gab es

verschiedene Preise zu gewinnen.

Hasselroth stellte mit dem 13 jährigen Marvin den jüngsten Teilnehmer. Hoch motiviert nahm er an jedem Wettbewerb teil. Den 2. Preis gab es für die freie Form „Die Piraten der Karibik“ in der Marvin als Schatz in einer Schatztruhe saß und die Teilnehmer nach einem Kampfgetümmel wieder erweckt hat.

Nach der Siegerehrung endete das Lager mit einem gemütlichen Grillabend. Vielen Dank nach Groß-Bieberau für die tolle Betreuung!

*Jürgen Bäckmann,
Dojang Hasselroth*

DATENSCHUTZ

Siemann

Datenschutzbeauftragter

Mitglied im Verband der Sachverständigen und
Datenschutzbeauftragten e.V.



DATENSCHUTZ Siemann • Olaf Siemann

Taunusstr. 2 • D-64354 Reinheim • Tel: +49 (0) 61 62 - 91 36 61 • Fax: +49 (0) 61 62 - 91 33 78
Mobil: +49 (0) 151 - 27 01 66 81 • Mail: info@ds-siemann.de • Web: www.ds-siemann.de

29th Dan-Examination in the Centre Dojang Darmstadt on June 19 - 21, 2015

This year's international Shinson Hapkido Dan examination for the 29th Ki-Generation to 1st / 2nd / 3rd and 4th Dan (Sabomnim/Master) took place in the centre Dojang Darmstadt from June 19 till 21, 2015.

From Germany, Denmark and Belgium altogether 40 candidates attended to this test. Besides Sonsanim Ko Myong seven Sabomnim came to perform the examination and support the candidates on their way to the next level.

Vom 19. bis 21. Juni fand die diesjährige internationale Shinson Hapkido Danprüfung zur 29. Ki-Generation zum 1. / 2. / 3. und 4. Dan (Sabomnim/Meister) im Zentrumsdojang Darmstadt statt.

Insgesamt traten 40 KandidatInnen aus Deutschland, Dänemark und Belgien zu dieser Prüfung an. Neben Sonsanim Ko waren weitere sieben Sabomnim angereist, um die Prüfung mit abzunehmen und die Prüflinge auf ihrem Weg zur nächsten Stufe zu unterstützen.

Dan-Prüfung zum 29. Ki

Die Danprüfung erscheint uns auch im Nachhinein wie ein hohes Gebirge, für das Jede und Jeder seinen eigenen Weg findet. Was zu Beginn dieses Weges die Beweggründe (passt doppelt) sind, verändert sich im Laufe der Jahre. Wer lediglich die sportliche Herausforderung sucht, auch die/derjenige wird eine wichtige Lektion bekommen. Genug der philosophischen Bemerkungen aus meiner Feder, das können andere besser.

Wir, das 29. Ki, sind 12 Menschen im Alter von 18 bis 63 die sich mit viel Fleiß und Mut auf den Weg machten den Schwarzgurt zu bekommen. Die Danprüfung des 29. Ki ist jetzt schon ein paar Monate abgeschlossen, wir haben alle bestanden. Es waren mehr als 12 Monate anstrengende Vorbereitung, die unglaublich viel Spaß gemacht haben. Tag für Tag im Dojang oder auf irgendeiner Wiese geübt, geändert, wieder geübt, verzweifelt, gezweifelt und doch immer wieder von den hilfsbereiten Mitbeteiligten weiter gebracht. Sonsanim, Sabomnim und alle beteiligten Kyosanim waren immer an unserer Seite.

Wir haben Vieles gelernt was Techniken angeht, aber vor Allem haben wir geübt mit unseren Schwächen umzugehen, sie anzunehmen. 100 % Konzentration waren nicht immer, oder soll ich sagen fast nie, zu schaffen. Wie sonst lässt sich erklären, dass ich bei der Verabschiedung nach einer von mir gehaltenen Trainingszeit mich



mit „Charyot Kyongy Paroh“ und dann „Auf Wiederhören“ verabschiedet habe, zur allgemeinen Freude der Trainierenden.

Die Prüfung brachte uns allen schlaflose Nächte im Voraus. Der erste Schritt, die schriftliche Prüfung, fand im Mai im Dojang Darmstadt statt. Für die Nichtdarmstädter, die mit dem Zug kamen, war wegen des Bahnstreiks schon die Anreise eine Lektion in Do. Wir haben uns lahme Finger geschrieben, um alle Fragen zu beantworten, manche mehr als 50 Seiten mit der Hand, aber es kam ja auf den Inhalt an, Qualität nicht Quantität zählt. Dann ging es direkt weiter mit den Vorbereitungen für die 3 Tage dauernde praktische Prüfung. Ich denke unsere Familienangehörigen hat es mehr Geduld gekostet als uns. Wir hatten nur unsere Prüfung vor Augen, die Partner und Partnerinnen, die Kinder waren viel alleine.

Die 3 Tage waren eine große Herausforderung für mehr als 40 Menschen,

die dieses Ziel zusammenbrachte. Menschen aus allen Dojangs haben diesen Weg gemeinsam gestaltet. Wir vom 29. Ki, die „Frischlinge“ waren 12.

Wir hatten viel Spaß miteinander, viel Schweiß, Verzweiflung, wenn etwas partout nicht klappen wollte und hilfreiche Unterstützung untereinander aber auch von unseren Prüfern. Es hat ein wenig länger gedauert als sonst, aber Montagmorgen um halb eins war das 29. Ki fix und fertig, auf jeder Ebene.

Im Sommerlager haben wir dann mutig jede/r ihr/sein erstes Training gehalten.

Ein großes und herzliches Dankeschön an alle, die Jahr für Jahr ihre ohnehin karge Freizeit auch noch damit verbringen das nächste Ki so perfekt vorzubereiten, wie wir es erlebt haben.

*Gesa Frömberg, Dojang Darmstadt
Kathrin Wilkes, Dojang Hamburg 5*

Dan-Prüfung zum 29. Ki

Die Prüfung ist wie eine Geburt, sie ist erst fertig, wenn das Kind da ist!

In diesem Jahr waren es 40 Menschen, die sich im Rahmen der Dan-Prüfung auf den 4., 3., 2. und 1. Dan auf den Weg in zwei sehr spezielle Wochenenden machten. Nach langer Vorbereitung, starteten wir mit der schriftlichen Prüfung im Mai. Die Meister-AnwärterInnen schrieben oben im Son-Raum, wir anderen bekamen unsere Plätze im Dojang. Mit dann 33 Menschen, die über Stunden schrieben, rauchte der Raum vor Konzentration. Und obwohl es vorher kaum vorstellbar war, ist es möglich, so viele Stunden zu schreiben, Seite um Seite zu füllen und irgendwann – etwas verdreht im Kopf – abzugeben.

Am Sonntag danach bekamen wir einen Einblick, wie die praktische Prüfung sein würde. Somsanim und Sabomnim Joachim Krein trainierten einige Stunden mit uns und wir hatten die Gelegenheit, die anderen Teilnehmenden etwas näher kennenzulernen. Schon dort entstand ein sehr schönes Gemeinschaftsgefühl.

Im Juni ging es dann mit der Praxis weiter. Freitagmittag trafen wir alle in Darmstadt ein. Große Aufregung zu Beginn, dann ein stetiges Wachsen von Energie, die durch die vielen Stunden getragen hat.

Obwohl es selten lang wurde, vergingen die Stunden und viele Themen lagen noch vor uns.

So starteten wir erst am Sonntagmorgen mit Freikampf. Sehr speziell, aber auch schön. Ausgeruht. Geendet hat die Prüfung mit den freien Formen. Hier war viel Wunderschönes zu sehen, Einblicke in die Gedanken und Ideen der Einzelnen. Am Rand bei den Zuschauenden flossen dabei viele Tränen der Rührung. Am Abend schließlich die große Freude – es ist geschafft! Und obwohl es mit Urkunden-Überreichung, Fotos und Beglückwünschungen schon nach Mitternacht war, war plötzlich alle Müdigkeit verflogen und das Kribbeln ging durch die ganze Nacht.

Mein Bild zu der Prüfung war das einer Geburt: eine lange Zeit der Vorbereitung. Anfangs noch unsicher, ob es

wirklich was wird, dann die klare Entscheidung und schließlich gegen Ende eine Beschwerlichkeit. Mittlerweile hatte jeder Körperteil mal Schmerzen. Dann die eigentliche Prüfung. Zu Beginn dachte ich noch: wenn ich es bis zum Bruchtest schaffe und das Brett geht nicht durch, dann bin ich auch zufrieden und stolz auf mich, es bis dahin geschafft zu haben. Im Laufe der vielen Stunden wurde jedoch mehr und mehr klar, die Prüfung ist erst dann zu Ende, wenn alle Bretter durch sind, wenn alle Formen gelaufen sind, wenn alles gezeigt ist. – Wenn das Kind da ist“. – Es ging nicht mehr um die Frage, ob es auch schon toll ist, nein, es gehörte zum Ganzen dazu und war ganz selbstverständlich EINS mit allen anderen Teilen der Prüfung. Diese Klarheit hat mir die nötige Energie gegeben, um durch die Bretter zu gehen, um über Stunden geduldig und wohlwollend mit mir selber zu bleiben

Und als alles fertig war, diese unglaubliche Freude darüber und die Schmerzen sind weg.

Die nächsten paar Tage fühlte ich mich wie unter Drogen und war tatsächlich, glaube ich, nicht ganz zurechnungsfähig. Und nun bleibt die Zeit, mich daran zu gewöhnen. Manchmal fühlt es sich schon ganz vertraut an, dann wieder wie eine Verkleidung. Eine schöne Verkleidung!

Und am Schönsten ist es, dass ich dieses Ereignis mit so vielen netten Menschen teilen konnte. Wie unsere Jung-Alte-29. Ki Gruppe zusammenwuchs, wie aber auch die alten Hasen uns beistanden. Wie die Bu-Sabomnim uns über drei Tage beständig zur Seite standen: Fenster auf, Fenster zu, Eis holen, Punkte drücken, Prätzen halten, Holz wegfegen, Trost zusprechen usw. Dafür tausend Dank an euch!!! Auch die MeisteranwärterInnen hatten stets ein freundliches Lächeln auf den Lippen und noch ein aufmunterndes Wort oder eine kleine Massage für uns in den Pausen.

Und schließlich die ausdauernden PrüferInnen vorne, die uns die drei Tage begleiteten, forderten, Tipps gaben und uns vor allem ihre ganze Aufmerksamkeit schenkten.

Und natürlich „last but not least“ Somsanim. Ein Vorbild erster Güte, wie er uns stundenlang mit absoluter Präsenz durch die Themen leitete. Aus allen das Beste raus kitzelte und immer wieder deutlich machte: Es ist unsere eigene Prüfung, wir wollen uns selbst begegnen. Er begleitet uns nur. Herausfordernd und dabei immer wohlwollend und zugewandt. Das war ein unbeschreibliches Geschenk.

Greta Bernau, Dojang Bremen



Die Dan-Prüfungsteilnehmerinnen des Dojang Bremen:
Ruth Ahrens, Cordula Caspary und Greta Bernau

Dan-Prüfung zum 2. Dan, 2015



In dem Jahr der täglichen Vorbereitung habe ich sehr viel über mich gelernt und einiges aufgeräumt in meinem Leben. Da ich wegen einer schmerzhaften Knieverletzung äußerlich nur eingeschränkt trainieren konnte, habe ich die Zeit genutzt, viel nach innen zu schauen, zunehmend kraftvoll und klar.

Dies führte unter anderem dazu, dass ich mit allen Menschen Frieden schloss, mit denen ich noch Konflikte offen hatte, meine schwere Arbeit beendete und mir mit dem Kauf eines

In den drei Tagen der Prüfung war ich mit mir und dem „Jetzt“ so im Reinen wie selten. Es gab so viel „Ja“ zu mir, ganz tief innen, wie ich es noch nie kannte. Trotz – oder vielleicht auch wegen – der starken Schmerzen im Knie. So waren für mich die drei Tage der Prüfung ein Fest, ein Gebet voller Dank. Der stärkste Eindruck der Prüfung war für mich, dass Oh Shil Sang wirklich gelebt wurde.

Mein tiefer liebevoller Respekt gilt Son-sanim, sowie den

VW-Busses einen langen Traum verwirklichte. Die tägliche Meditation, das tägliche Training, die Gemeinschaft und die intensive Auseinandersetzung mit der Theorie waren für mich ein echtes Geschenk. Ich fühlte mich Do näher. Natürlich habe ich auch Schmerzen, Zweifel und Sorgen gehabt. Es tut weh, die Schalen abzustreifen. Aber das Vertrauen war stärker.

Sabomnim und Bu-Sabomnim, die uns begleitet haben. Meine eigenen Highlights waren der Bruchtest mit der Bambushand, der für mich wie ein Befreiungsschlag aus einer inneren Mauer war, ein Freikampf voller Vertrauen und meine freie Form in der ich mit meinen eigenen Schatten kämpfte. Diese Form endete mit dem Blick auf all die anderen in der Prüfung. Da war so viel Wärme und Aufgehoben-Sein. Mit den anderen Prüflingen, vor allem mit denen auf zweiten Dan, ist eine schöne Gemeinschaft gewachsen, über die ich ganz glücklich bin.

Und die Freude hält im Alltag an, denn meine Lehrerin Ruth legte parallel ihre Prüfung zur Meisterschaft ab und mit Greta aus dem 29. Ki gibt es jetzt noch eine aktive Danträgerin in Bremen. So viele Geschenke. Danke.

Mit diesem Bericht möchte ich allen den Mut machen, mit Vertrauen, Achtung, Geduld, Bescheidenheit und Liebe weiter zu gehen: Min Cho Ssa Sang – leben wie Gras, das niemals aufgibt.

Cordula Caspary, Dojang Bremen

Danprüfung 2015 aus Sicht der Gruppe zum 3. Dan

Sieben sind wir gewesen, drei Frauen und vier Männer. Aus Berlin, aus Hamburg und aus Tübingen sind wir gekommen, um gemeinsam die Danprüfung zum 3. Dan zu durchleben. Die Altersspanne in dieser Gruppe umfasste ungefähr 20 Jahre, der Größenunterschied teilweise nahezu einen halben Meter und auch ansonsten trafen in unserer Gruppe sehr unterschiedliche Menschen aufeinander.

Wir kannten uns alle schon lange von diversen Sommerzeltlagern und Lehrgängen. Erste konkrete Kontakte im Bezug auf die Danprüfung gab es beim Danlehrgang im Vorjahr. Hier fand sich bereits eine Gruppe Interessierter und in den folgenden Monaten, in welchen wir gelegentlich miteinander in Kontakt waren, kristallisierte sich dann diese Gruppe von sieben

Menschen heraus. Auf den anschließenden Kyosanimlehrgängen, dem Frühjahrslehrgang sowie dem Lehrgang in Aachen konnten wir uns durch gemeinsames Trainieren und Zeit Verbringen nochmals neu und besser kennenlernen.

Im Mai folgten dann die schriftliche Danprüfung sowie der Pfingstlehrgang. Im Rahmen dieser Gelegenheiten intensivierten wir nochmals weiter den Kontakt untereinander und spätestens seit der gemeinsamen Nummer auf dem Festival des Pfingstlehrgang unter dem Motto „Einer für alle, alle für einen“ wuchsen wir zu einer Einheit zusammen. In den folgenden Wochen bis zur praktischen Danprü-



fung standen wir im regelmäßigen Austausch, um trotz der weiter auseinanderliegenden Wohnorte das ein oder andere für den praktischen Teil der Danprüfung zu koordinieren und uns gegenseitig Mut und Trost zu geben.

Zur praktischen Danprüfung im Juni trafen wir uns dann alle im Dojang in Darmstadt wieder. Die anfängliche Aufregung löste sich bald in intensiver und lang dauernder Bewegung auf. Gemeinsam auf und ab, durch Lachen und Weinen, Freude und weite-

Danprüfung 2015 aus Sicht der Gruppe zum 3. Dan - Fortsetzung

rer intensiver Emotionen, durch Wadenkrämpfe und Migräneattacken, gelungene Bruchtests und heilgebliebene Bretter ging es dann in drei Tagen gut getragen von Sonsanim und den Sabomnim durch die praktische Danprüfung. Immer wieder haben wir uns in den kurzen Pausen gefragt, ob wir noch weiter durchhalten werden, aber sobald wir auf der Matte waren, ging es doch immer irgendwie weiter. So entwickelte sich ein ganz speziell-

les Gruppengefühl nicht nur innerhalb unserer Gruppe sondern auch gemeinsam mit den anderen TeilnehmerInnen und Teilnehmern der Danprüfung. Die Freude am Ende der praktischen Danprüfung war in unserer Gruppe gedämpft, da noch nicht alle von uns bestanden haben.

Für mich persönlich war es nach durchlittener Prüfung zum 1. Dan und durchlebter Danprüfung zum 2. Dan

die schönste bisherige Danprüfung, in welcher ich viel Freude und Dankbarkeit in mir spüren durfte.

Sieben sind wir gewesen, sieben sind wir immer noch, sieben Menschen, die ein ganz spezielles gemeinsames Erlebnis weiterhin eng verbinden wird.

Severin Lempp, Dojang Tübingen



Ein Stück weiter zu mir selbst – Der Weg zur Meisterprüfung mit tollen WeggefährterInnen

Eigentlich ist ja mein guter Freund Markus schuld. Auf der langen Rückfahrt von Sonsanims Geburtstagsfeier von Darmstadt nach Berlin im Januar 2013 fand er viele Gründe, um mich davon zu überzeugen, dass ich mich zur Shinson Hapkido-Meisterprüfung anmelden sollte. Er versuchte, Zweifel an meinen Fähigkeiten und menschlichen Qualitäten zu zerstreuen und bot sich als Trainingspartner an. Ich sei ja recht engagiert, für das Shinson Hapkido sei es gut, wenn es noch weitere MeisterInnen gebe, mit Mitte vierzig sei ich ja noch jung, und technisch könne es mit genug Training auch so einigermaßen reichen. Seine netten Worte fielen auf fruchtbaren Boden, denn ich hatte schon länger überlegt, ob ich mir diesen Schritt zutrauen würde.

Ein Jahr später hatte ich mich entschieden, Sonsanim hatte meine Anmeldung zur Prüfung und mein Wunschthema für die Master-Arbeit, nämlich „Glücklich leben mit Shinson Hapkido“, akzeptiert, aber mein Trainingspartner Markus war weg, nach Süddeutschland gezogen, und stand für gemeinsame Joggingtouren um

Aber natürlich war es ja mein eigener großer Wunsch, mich auf die Prüfung zur Shinson-Hapkido-Meisterin vorzubereiten, wenn auch einige Zweifel zu bewältigen waren: Bin ich psychisch und moralisch integer genug, um anderen ein Vorbild sein zu können? Passt es, die Meisterschaft anzustreben, ohne einen Dojang zu leiten? Bin ich gut genug?

Sind nicht andere Bu-Sabomnim aus höheren Ki-Generationen, die einen Dojang leiten oder mehr Erfahrung haben, zuerst dran? Die andere Seite war der Wunsch, weiter zu gehen, mich noch besser kennen zu lernen, meine Fähigkeiten weiter zu entwickeln und – nicht zuletzt – die Lust auf die Masterarbeit. Das Thema hatte ich mir schon Jahre vorher überlegt, und ich wollte mich sehr gerne ein Jahr lang mit Glücksphilosophie und -psychologie und dem Zusammenhang von Glück und Shinson Hapkido beschäftigen.

Und es war ein schönes Jahr: Natürlich war Disziplin nötig, um neben meiner Arbeit mit vielen Dienstreisen und einer Wochenend-Fernbeziehung noch Zeit zum Lesen und Schreiben zu finden, aber ich habe die Zeit sehr genossen. Ich habe viel über Glückskonzepte von Psycholo-

Meister- / 4. Dan-Prüfung, 2015

den Schlachtensee mit anschließenden Übungen nicht mehr zur Verfügung. Das habe ich ihm schon noch ein paarmal aufs Butterbrot geschmiert.

gen wie M. Csikszentmihalyi und M. Seligmann und vom antiken Philosophen Epikur gelernt und neue Einblicke in die Gedankenwelt von Shinson Hapkido SchülerInnen und LehrerInnen gewonnen, die ihre Erfahrungen mit mir geteilt haben.

Eine sehr intensive Erfahrung war das Praxistraining: In Berlin und Hamburg hatte ich alt bekannte TrainingspartnerInnen, mit denen ich Bewegung, Schweiß, Gedanken und manche Schmerzen teilen konnte. Ein Highlight unserer gemeinsamen Vorbereitung war ein Ausflug in den Dojang Holbaek in Dänemark, wo wir sehr viel Trainingsspaß hatten, Shinson Hockey, interessante dänische Biersorten mit Lakritzgeschmack und die halbwegs korrekte Aussprache des Dojangs Hvidovre kennen gelernt haben.

Die Danprüfung war wieder ein sehr besonderes Erlebnis. Wir kannten den Ablauf ja schon von drei eigenen und von vielen anderen Danprüfungen, bei denen wir als HelferInnen mit dabei gewesen waren. Aber diese Prüfung war anders, und wie immer hieß es, bereit sein für alles, was kommt. Wichtige Themen für die Meisterprüfung sind Geduld, Konzentration und Loslassen. Viele Techniken erfordern große Lockerheit und schnellste Reaktion. Wir hatten eher wenig Bewegung und waren nur in recht kurzen Sequenzen auf der Matte, jedenfalls im Vergleich zu allen anderen PrüfungsteilnehmerInnen und den Helfer-Bu-Sabomnim, die sehr viel in Action waren. Wir hatten sehr viel Pause, was ja relaxed klingt, aber gar nicht so einfach war, denn es konnte ja jeden Moment weitergehen, und dann hatten wir nur eine Chance, das Beste zu zeigen. Aber genau das

Meister- / 4. Dan-Prüfung, 2015

Fortsetzung

Ein Stück weiter zu mir selbst – Der Weg zur Meisterprüfung mit tollen WeggefährInnen

macht auch Spaß, manchmal war es wie Porsche oder Elektro-Auto fahren, in drei Sekunden von Null auf 180. Und dabei locker bleiben und so gut atmen, dass man auch noch den ganzen Tag weiter machen könnte, wenn nötig. Die lange Vorbereitungszeit und das gemeinsame Training bei den Bu-Sabomnim-Workshops der letzten Jahre hat sich gelohnt, wir haben als Gruppe gut harmoniert und konnten uns oftmals sehr gut zusammen bewegen. Dabei hat die tolle Unterstützung unserer Bu-Sabomnim-Freund/innen, die im Dauereinsatz ihr gesamtes Programm wiederholen mussten, sehr geholfen.

Bei jeder Danprüfung tauchen Hürden auf, manchmal alt bekannte, manchmal ganz unerwartete. Am Sonntagvormittag war ich erstaunt festzustellen, dass mir die 2-Zentimeter-Bretter plötzlich wieder unheimlich dick vorkamen. Und wie war ich eigentlich auf die Idee gekommen, Ytong-Steine zerschlagen zu wollen? Es hat funktioniert, und das war ein tolles Gefühl, dafür habe ich dann auch gerne eine dicke Hand in Kauf genommen. Das schönste an Dan-



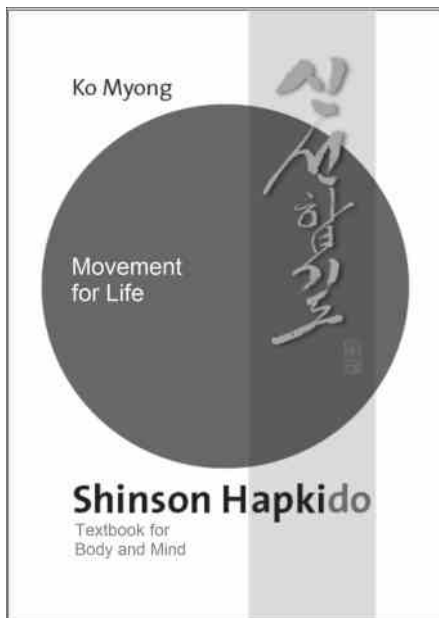
prüfungen ist für mich immer der letzte Teil, wenn alle ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Unvergesslich die musikalischen Beiträge von Jorgen und Frank – ein toller Abschluss für ein intensives Wochenende mit Urkundenverleihung um Mitternacht – eine harte Prüfung auch für die vielen Unterstützerinnen und das Prüfungskomitee. Ihnen allen und auch allen PrüfungsteilnehmerInnen ein dickes Dankeschön!

„Selber schuld!“, sagte mein Lehrer, als ich ihm erzählte, dass Sonsanim mich zur Prüfung zugelassen und ich die Anmeldung losgeschickt hatte. Nun denn, die Arbeit geht weiter.

*Rotraud Hänlein,
Dojang Berlin / Hamburg 5*

Summary of the Thesis Work for the 4th Dan from Frank Larsen

After many thoughts about what topic to choose for a my thesis, I decided to translate Sonsanims newest book "Bewegung für das Leben" from German into English.



If I had known before, how long time it was going to take, I probably would have looked for another topic ...

The reason for choosing t his topic though, was to give the Danish Shinson Hapkido practitioners (who don't understand German) a chance to understand this great book, and also to create the possibility to sell the book to interested people in English speaking countries.

After beginning the translation, I quickly became very aware of the number 815. That's the number of pages in the book, and as I was translating, I had a little countdown in my head, always knowing how many pages were still to go.

I finished the translation in December 2014, after approx. 400 hours of work!

The number of hours was made possible by a combination of things:

First and foremost I had (and still have) a very understanding family. Otherwise this wouldn't have been possible at all.

On the way I took 2 months of "vacation" from my job as <Head of Tax> in one of the biggest financial institutions in Denmark, and in the final 3 months of translating, I got up every day at 5 am and worked on the translation for 1 to 1,5 hours before waking up the rest of the family.

In the end, I think it was all worth the effort, and am very happy with the result.

Frank Larsen, Dojang Holbaek

Int. Shinson Hapkido Sommerlager in D-Hamburg vom 31.07. - 7.08.2015



Sommerncamp in Hamburg. Einer der Organisatoren:

Momente voller Schönheit ... einer lässt mich nicht mehr los:

In der Aufbauwoche war es nass und ziemlich kalt. Dann kam Vollmond, und mit ihm kam die Verwandlung: die Nacht war fast weiß, statt dunkler Wolken der Nebel, angefüllt mit Mondlicht, nur noch die Silhouetten der Bäume und der Dalben im Fluss bildeten dunkle Konturen. Die Temperatur sank weiter, alle froren in ihren Zelten, doch wer sich heraus wagte, wurde von einem märchenhaften Anblick belohnt. Am nächsten Morgen

regnete es nicht mehr, es gab mehr Sonne und es wurde wärmer, unsere Gäste kamen.

Der Platz nimmt einen gefangen, wenn man dort ist, so grün, so viel Wasser, so viel Himmel. Erstaunlich, dass viele Hamburger ihn nicht kennen. Und auch ich vergesse es immer wieder, und bin jedes Mal überrascht, wenn ich wieder auf dem Platz bin. Ideal für ein Sommerncamp, wie Son-sanim bei einer ersten Begehung sagte, man kann sich hineinschmiegen und mit ihm atmen.

Wer begreift dies vollständig? Benutzen wir den Platz, oder leben wir mit ihm, nur für eine Woche zwar, aber doch intensiv und voller Sehnsucht nach mehr?

Da wird nun zum dritten Mal dort zu Gast waren, haben sich viele Dinge vereinfacht. Die Menschen in der Umgebung, unsere Gastgeber



vom Regattazentrum und die beteiligten Politiker, sie haben über die Jahre Vertrauen gefasst. Auch die Art und Weise unseres Umgangs mit dem Gelände (Deko? Oder gehört es dahin?), dem Parken, der Gastro (großartiges Team), dem Müll und dem Lärm, alles ist entspannter geworden.

Auch gab es viele wohlwollende Sponsoren, Spender von Geld- und Sachmitteln, Fahrzeugen, Lebensmitteln, und auch zahlreiche Kleinspenden von Menschen, die spontan einen Beitrag leisten wollten, obwohl sie nicht persönlich zum Camp kommen konnten. Dafür sei allen ausdrücklich



Int. Shinson Hapkido Summer Camp in D-Hamburg, July 31 - August 7, 2015



gedankt, ob sie in den vielen Jahren durch ihr Verhalten als Gäste als Unterstützer oder als SpenderInnen dazu beigetragen haben.

So geriet für mich der scheinbare Gegensatz von Gästen und Organisatoren in Auflösung, obwohl ja die Rollen und Aufgaben klar verteilt waren. Es überwog doch immer das Gefühl, an etwas gemeinsam zu arbeiten, das auch über diese eine Woche hinausreicht.

Dies wäre auch nicht möglich gewesen ohne die innige Zusammenarbeit mit meinem Ki-Bruder Christoph (Bärenbrüder, immer wieder) und die vertrauensvolle Atmosphäre mit allen in der ganzen Zeit. Wir hatten Konflikte und Auseinandersetzung, wie denn

nicht? Aber deren Bedeutung schrumpfte Angesichts des Engagements aller. Ehrlich, ich hatte mir wenig im Vorfeld vorgestellt, wie es laufen könnte, aber am allerwenigsten dies. Danke, dass ich dabei war.

Als unsere Planung begann, vor inzwischen fast 2 Jahren, da entspann sich eine Diskussion darüber, was wir über unser persönliches Interesse an und mit Shinson Hapkido hinaus tun können, Anwendung nach außen, gewissermaßen.

Wir hatten uns dann dafür entschieden, uns dem Thema Flüchtlinge zu öffnen, und haben eine Gruppe für Kinder aus benachteiligten Familien organisiert, wo bewusst auch auf die Schulklassen mit Flüchtlingskindern zugegangen wurde. Dies war nur möglich durch das Engagement einiger über einen längeren Zeitraum, nun auch über das Camp hinaus.

Wer sich dafür interessiert: Es gibt eine Dokumentation, die wir gerne weitergeben. Sprecht uns doch an.

Uwe Bujack, Dojang Hamburg 5



Announcement:

Int. Shinson Hapkido Summer Camp in D-Tübingen, July 29 - August 5, 2016

please see rear side of this magazine

12th Shinson Hapkido Crete-Tour, Greece on September 5 – 19, 2015

The Crete-Tour in September 2015 after half a year is again „history“ ... already! What I keep is: getting familiar with eight wonderful persons, move and enjoy life in a wonderful summer environment and naturally all these personal experiences and thoughts that emerge now in everyday life as precious pearls. The Crete-Tour was a great gift for me! Most of us did not know each other and yet at breakfast on the 1st day I had a strong feeling of connection to all.



Nach einem halben Jahr Vorfreude auf den Kreta-Lehrgang im September 2015 ist dieser nun bereits wieder „Geschichte“... Was mir geblieben ist: das Kennenlernen von acht wunderbaren Menschen, bewegen und das Leben genießen in einer herrlich sommerlichen Umgebung und natürlich all die persönlichen Erfahrungen und Gedanken, die nun im Alltag wie kostbare Perlen immer mal wieder auftauchen. Der Kreta-Lehrgang war für mich ein großes Geschenk! Die meisten von uns Teilnehmern kannten sich nicht vorher und doch hatte ich schon am 1. Tag beim gemeinsamen Frühstück das Gefühl von einer starken Zugehörigkeit aller.

Sabomnim Lidija hat uns während 2 Wochen einfühlsam und mit Klarheit begleitet und geführt. „Pung yu do“, das Leben fühlen und genießen, war unser Motto und ich finde, es hat sehr gepasst!

Wir begannen unsere Tage in der Stille mit einer Meditation am Strand. Jede und jeder von uns war in dieser Woche mit eigenen Themen und Fragen unterwegs. Vielleicht kamen Ant-

worten oder Ideen durch die Meditation. Vielleicht lösten sich Dinge auch einfach auf durch das Annehmen oder „so sein lassen“. Das KiDoIn Training am Morgen weckte alle Lebensgeister und die vielleicht noch schlafenden Energien bestens! Wir hatten anschließend viel Zeit und Muße, um unserem Motto gebührend nachzuspüren. Die Natur lud uns ein zum Schwimmen, Spazieren, Sonne tanken, Fahrrad-Runden drehen und natürlich einfach zum Sein!

Gegen Abend, wenn der Sandstrand kühler wurde, trainierten wir Shinson Hapkido bis die Sonne hinter dem Berg unterging. Dann nochmals einen Sprung ins Meer, bevor wir uns meist kulinarisch verwöhnen ließen. Einen spannenden Abend widmeten wir uns der Theorie unseres Mottos: was genau dies für uns momentan und in der Zukunft für eine Bedeutung hat.

Und besonders schön war es, als wir es zum Sonnenaufgang schweigend zu einer kleinen Kapelle auf dem Hügel über einem Dörfchen zu wandern und so die Sonne in der Meditation zu begrüßen.

Jeder Tag war für mich ein Highlight und viel zu schnell war die erste Woche vorbei, die wir mit einem Ritual abschlossen. Wandern in schönster Natur mit duftenden Kräutern an den Wegen, imposante Schluchten, verschiedene Strände mit soooo vielen schönen Steinen und immer auch wieder das leckere griechisch-kretische Essen – das Leben in und um Paleochora bot uns viel Genuss!

Wir hatten viel Zeit, unsere Gemeinschaft zu pflegen oder auch mal ganz allein unterwegs zu sein. Eine spezielle Erfahrung war der Abstieg in die „Höhle der 99 Väter“ oberhalb des Bergdorfes Azogires. Mit kurzem Stillsein und dem Lied von Mutter Erde würdigten wir den besonderen Moment in der Tiefe. Wunderbar, beim Aufstieg wieder ins Licht zu blicken! Die Natur, das Draußensein und unsere Gemeinschaft füllten unsere Energie-Tanks.

Nun wieder zu Hause und an der Arbeit kann ich den „Jetzt“-Stein (thank you so much, Dawn J!) in die Hand nehmen und spüre die Verbundenheit mit dem Moment. Ich erinnere mich an die warmen, hellen Sonnenstrahlen, an das Geräusch der Wellen, den intensiven Duft von Kräutern in der Luft und den Geschmack der Zucchini-Bällchen gefüllt mit Misitra-Käse ... Mmmmh!

Herzlichen Dank für die sinnlich-erfüllenden Wochen an Sabomnim Lidija und allen meinen LehrerInnen vom Ku-Kup bis zum 2. Dan! Bis zum nächsten Mal: Jassàs, efcharisto poli!

Christina, Dojang Cham/Luzern



Meeting of InterFET (Int. Researchteam) in D-Webern on October 17, 2015

For the development of Shinson Hapkido the international research team (InterFET) annually meets at the Chon-Jie-In Haus in Webern.

Treffen des InterFet in Webern:

Das Forschungsteam (InterFET) trifft sich jedes Jahr einmal im Chon-Jie-In Haus in Webern, um die inhaltliche Entwicklung von Shinson Hapkido voranzutreiben.

Derzeitiger Schwerpunkt unserer Arbeit ist das Thema Ki-Do-In. Es geht um den Aufbau einer Ausbildung, die sowohl für Shinson Hapkido Kyosanim, aber auch für nicht Dan-TrägerInnen angeboten werden kann.

Die Erfahrungen in einigen Dojangs zeigen, dass das Bedürfnis nach einem fundierten und qualitativ hochwertigen Angebot im Bereich Gesundheit und Bewegung groß ist.



So kann KiDoIn in Zukunft nicht nur zu einem lebendigen Dojang beitragen, sondern auch darüber hinaus verbreitet werden. Wir werden über unsere Fortschritte berichten.

Uwe Bujack, Dojang Hamburg 5

Int. Black Belt-Seminar with Dan-Plenary in D-Darmstadt, October 17–18, 2015



This year the 30th black belt seminar took place on October 17–18, 2015 in the Eleonoren School opposite the centre Dojang Darmstadt. About 100 Shinson Hapkido black belts which is approx. a quarter of all black belts were travelled to Darmstadt and participated in the seminar.

Zum 30. Mal fand am 17.-18. Oktober 2015 unser Danlehrgang mit Dan-Vollversammlung heuer in der Eleonorenschule gegenüber vom Zentrumsdojang Darmstadt statt. Ungefähr 100 DanträgerInnen nahmen den Weg auf sich nach Darmstadt zu reisen und am Lehrgang teilzunehmen. Das sind ca. 25 % der

Shinson Hapkido Danträgerschaft.

In vier Gruppen geleitet von der neuen Sabomnim-Generation wurden alte Techniken vertieft und neue vermittelt. Auch die Sabomnim kamen in den Genuss einer Weiterbildung und trainierten in einer eigenen Gruppe.

Sonsanim überraschte einmal mehr mit seiner souveränen Unterrichtsmethodik und neu entwickelten Übungen. Auch wurden Fragen die sich im Unterrichtsalltag aufdrängen beantwortet und Fehler korrigiert.

Die Leitung der Dan-Vollversammlung hat Sabomnim Christian Schmitt kurz und knackig durchgezogen. Den

Beitrag von Kyosanim Volker Nack aus Peru über seine Arbeit hat sehr beeindruckt und berührt.

Ich habe wiederum sehr viel erhalten, nicht nur wegen den neuen Techniken, sondern auch wegen der Gemeinschaft, die mir viel Kraft gibt. Ich habe mich gefreut alt bekannte Gesichter zu sehen und habe doch auch einige vermisst.

Herzlichen Dank an Sonsanim Ko Myong an die Sabomnim und allen Beteiligten, die diesen Lehrgang möglich gemacht haben vor allem auch an die Helfer im Hintergrund.

Patricia Ulrich, Dojang Zug

Interview mit Sabomnim Christoph Albinus, Teilnehmer des 29. Dantreffens „Dan Manam“

Hallo Christoph, warum gehst du zum „Dan Manam“? Ich gehe schon seit vielen Jahren gerne zum Dan-Lehrgang, weil es eine gute Gelegenheit ist seine jungen, wie auch alten Dankollegen zu treffen, sich auszutauschen und vor allem auch auf diesem Niveau trainieren zu können. Früher (80/90er Jahre) war es eine der wenigen Möglichkeiten, seine neuen Techniken kennen zu lernen. Ich brauche auch nicht zu unterrichten, sondern kann einfach trainieren, mitmachen und die neuesten Tipps, Modelle, Techniken von Son-sanim genießen und mitnehmen.

Wie hat Dir der Lehrgang gefallen? Ich habe Freude in der Gemeinschaft gehabt, mit so vielen Schwarzgürteln aller Generationen, obwohl ich mich auch gefragt habe, warum nur 86 Leute von über 400 Eingeladenen gekommen sind. Sonsanim hatte wieder viel Inhalt im Gepäck, tolle Übungen zu Danjeon Hohubpop, Jahse, Hand und Fuß, Work out, Hyong und Su-übungen im Detail. Er ist so ein guter Techniker, Berater und Do-Lehrer, es macht einfach Spaß ihm zuzuschauen. Ich habe wieder viel mitgenommen und bin am Trainieren und gebe das auch weiter, inklusive der neuen

KiDoIn und Chon-Jie-In Bewegungen, die ein interessantes Forschungsfeld für uns Lehrer sind.

Hast Du einen Wunsch an den Lehrgang?

Ja, es wäre schön sich mal mit 200–300 Schwarzgürteln die Hände zu reichen und zusammen zu stehen, um unsere Kraft und unser Wissen zu teilen.

Ich kann den Lehrgang nur empfehlen. Bis nächstes Jahr –

Grüße vom Dojang Semmerin

Sabomnim-Workshop in D-Seligenstadt on October 23 - 25, 2015

My first Sabomnim Lehrgang.

In the weekend 23rd to 25th of October, Sabomnim Jørgen Løye Christiansen (4. Ki) and I (10. Ki) participated in our first Sabomnim-Workshop in Dojang Seligenstadt. Like the Bu Sabomnim-Workshop that also takes place in Dojang Seligenstadt, it was very well organized by Sabomnim Josef Schmitt – even the weather was very fine!

It was an exciting feeling, to be standing in a Dojang, and not knowing at all what is about to happen (again). It continues to amaze me, that Shinson Hapkido still after 27 years of training, can present completely new techniques, performed in a completely new situation!

Frank Larsen, Dojang Holbaek





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.speditionsschmitt.de



Management Chon-Jie-In Society:

Since 2011,
the management is represented by:

Detlef Fischer *Chair*
Stefan Barth *1. Vice-Chair*
Brigitta Gariano *2. Vice-Chair*
Peter Mehrling *Treasurer*

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
 - Organisation 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
 - Donations for different welfare organizations (e.g. "Aktion Mensch" which supports handicapped people)
 - Recreational offerings for children and young people
- It is quite hard to find welfare organisations 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

Social Projects of Chon-Jie-In e.V.:

- Korean Diakonia Sisterhood - Han San Chon / Korea
- Young and Old Together / Europe
- Stump Mission / Zambia
- Casa Verde / Peru
- local projects of Shinson Hapkido Dojangs / worldwide

On the following pages some news from the projects:

Donations for the Social Projects are cordially welcome

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

Chon-Jie-In e.V.,
IBAN DE 82 5089 0000 0003688704
BIC GENODEF1VBD

Keyword: social projects



That was 2015! Chon-Jie-In Annual Plan

- Jan. 17th 2015 Myong Sang Winter-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Apr. 11th 2015 Myong Sang Spring-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Jul. 18th 2015 Myong Sang Summer-Meeting at 11 am at Chon-Jie-In House Webern/Germany
- Oct. 10th 2015 Myong Sang Autumn-Meeting at 11 am and
- Nov. 29th 2015 Yard Bazar "Old & Young" at Center Dojang Darmstadt

Korean Diakonia Sisterhood

Briefauszüge vom 6. Oktober 2015

Unsere Schwestern in Südkorea grüßen Sie in der Liebe des Herrn!

... Das Mutterhaus unserer Diakonia Schwesternschaft in Südkorea hat Ende Juni nach 17 Jahren Cheonan verlassen und ist nach Mokpo zurückgekehrt. Als wir Mokpo verlassen hatten, hatte es in der Arbeit der Diakonia Schwesternschaft regelmäßig immer wieder Schwierigkeiten gegeben, aufgrund derer wir einen Ort für die geistliche Erneuerung der Schwestern und die Ausbildung der jungen Schwestern brauchten. Deshalb haben wir uns im Mutterhaus in Cheonan auf die Praxis des Gebets, der Arbeit und des Lernens konzentriert, die die Grundlage des Lebens bilden, und so dafür gesorgt, dass wir geistlich mit neuer Kraft erfüllt werden. Und wir haben in unserem Mutterhaus in Cheonan darüber nachgedacht, wie wir im Sinne der Identität als protestantische Frauen-Kommunität in Südkorea und im diakonischen Geist leben können.

Auf der Basis unseres spirituellen Trainings (Konzentration auf Gebetsleben, tägliche biblische Lesungen nach dem liturgischen Kalender, feiern von Gottesdiensten und beständiges Meditieren) betreiben wir ein Haus der Zuflucht aus dem Alltag und haben für viele Menschen in unserem Haus eine Ort der Zuflucht geschaffen, so dass diese durch Schweigen, Beten und geistliche Beratung Ruhe für ihr Herz und ihren Körper finden und neue geistliche Kraft schöpfen konnten. Einen solchen Ort zur Verfügung zu stellen, war unter den uns gestellten Aufgaben ein sehr wichtiger Teil und konzentriert sich auf die Stadt Mokpo und Umgebung.



Sortieren der Geschenke für Neujahrfest



Hausbesuche bei bedürftigen Familien

Im Verhältnis zu anderen Gebieten Südkoreas ist Mokpo ein armes Gebiet mit einem allmählich wachsenden Anteil an Familien mit niedrigen Einkommen und sozial schwachen Familien. Besonders nimmt die Zahl an Familien zu, in denen Großeltern für die Enkel sorgen, ebenso die Zahl alleinerziehender Eltern und allein lebenden Senioren.

In einer Hafenstadt wie Mokpo gibt es auch viele Flüchtlinge aus Nordkorea. Sie stehen bei ihrer Eingliederung in die südkoreanische Gesellschaft vor vielen Problemen wie z.B. der Einkommensfrage, innerfamiliären Konflikten und der Erziehung der Kinder. Unsere Schwesternschaft hilft ihnen mit Geldzahlungen für Haushalts- und Arztkosten und erleichtert ihnen so das Einleben in Südkorea. Beim letzten Neujahrsfest haben wir an ca. 40 Familien lebensnotwendige Artikel geliefert, einander getröstet und ermutigt. Auch versorgen wir ihre 11 Kinder drei Jahre lang viermal jährlich mit Stipendien für die Ausbildung und

bieten Studienberatung und Seelsorge an. Seit 1980 haben dadurch bis heute mehr als 1050 SchülerInnen ein Stipendium erhalten ...

Nach wie vor gehorchen wir dem Befehl des Herrn, der gesagt hat: "Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele, von allen Kräften und von ganzem Gemüt, und deinen Nächsten wie dich selbst!" (Lk 10, 27) ...

Diakonia Schwesternschaft in Korea, Oberin Schwester Ree. Young-Sook



Stipendiaten der Diakonia Sisterhood in Mokpo im März 2015

Young & Old together

For many of us today's life is dominated by our jobs, the contact to people in other situations of life and human realities such as old age, sickness and death is often lost especially for young people. Many older people on the other hand live lonely and without adequate social contacts. If they have to leave their familiar home environment and to move into a home, they even have to deal with a huge

change, which is especially difficult, if the relatives have little time for them.

At that point the Shinson Hapkido project „Old and Young together“ steps in, as we as Shinson Hapkido members assume that we are ONE, that we owe the preceding generations a lot and we should not forget the needs of the elderly. Finally, we will all grow old!

Every year we visit elderly homes and invest time to listen to the seniors, drink coffee, sing and laugh together. The bedridden on station will be visited in small groups, affection and attention are given. This is realized e.g. annual by the centre Dojang Darmstadt:



„Wir lernen voneinander“: Herbstbesuch des Dojang Darmstadt im Ohlystift in Gräfenhausen bei Darmstadt.

Das Ohlystift in Weiterstadt und die Shinson Hapkido-Familie des Dojang Darmstadt verbindet eine über 30-jährige herzliche Freundschaft. Diese wird jedes Jahr durch gegenseitige Besuche und gemeinsames Feiern bestärkt und erneuert.

So wie in diesem Herbst: Mit Blumen bestückt besuchten Schüler und Lehrer des Dojang Darmstadt die Senioren des Stifts, um Begegnungen besonderer Art und freundlichen

Austausch zu erleben. „Ihr seid alle so schön“ rief uns z.B. eine bettlägerige alte Dame zu – der Besuch an ihrem Bett hat ihr sehr gefallen. Und dass Schönheit mit dem Alter wachsen kann, erkannten auch die jugendlichen Schüler bei diesem Besuch.

Herr Fielitz, der Leiter der Einrichtung begrüßte die Besucher mit vielen Senioren bei einem Nachmittagskaffee. Mit gemeinsamen Singen, Gesprächen und Spielen verging die Zeit wie im Flug. „Wir lernen voneinander“ betonte Somsanim bei der Abschlussgymnastik – eine Balance über die Altersgrenzen hinweg. Mit dem Gefühl,

Herzlichkeit geteilt zu haben, freut sich die Darmstädter Shinson Hapkido-Familie schon auf den Gegenbesuch der Senioren im Winter.

@ Der Erlös aus dem traditionellen weihnachtlichen Hofbasar des Dojang Darmstadt wird teilweise ans Ohlystift gespendet und ist auch dieses Jahr wieder gut angelegt, diesmal in ein neues Geländer im Haus. Wir freuen uns schon auf die Übergabe im nächsten Jahr und das gemeinsame Feiern :-)

Petra Bachmann, Dojang Darmstadt



Casa Verde, Arequipa, Peru

Casa Verde – Blansal – our vision, an idea becomes reality

“The idea of ‘Casa Verde’ was born in 1989 during a year’s work as a volunteer in the slum areas of the city of Lima, Peru. Almost ten years would pass until my wife Dessy and I decided to leave family, friends and security behind in Germany. In 1998 we began to make our vision come true together with these street children in the Southern – Peruvian city of Arequipa setting up the first small ‘Casa Verde’”.

Volker Nack, President of BLANSAL



On April 16, 1997, the Non-Governmental Organization (NGO) Blansal was founded by Dessy and Volker Nack. In the same year the Peruvian Government confirmed the “Instituto de Apoyo y Desarrollo Social- Blansal” as a non-profit institution. The first project carried out by Blansal was social work with adolescents living in the streets of Arequipa. From this beginning, a lot of projects followed, all with the objective of improving the lives of seriously disadvantaged people.

All projects have the objective of fostering lives of economic independence and dignity among its target populations through development of personal and vocational skills.

Blansal uses a team approach, drawing on the skills of dedicated professional staff and volunteers: teachers, psychologists, social workers, nurses, veterinarians, accountants, and agricultural specialists. The children and youth residences are supported by a cook and round-the-clock staff. In addition, the foster home receives a considerable amount of help from volunteers from inside the country and abroad.

The Int. Shinson Hapkido Association e.V. especially supports the project Casa Verde as one of the first projects of Blansal

CASA VERDE – More than an orphanage – a perspective

Casa Verde’ offers a home for about 30 children and adolescents from 3 years up to the age of 18 years. Most of the children are removed from their families by court order, because of mistreatment, sexual abuse or neglect. Others were already living on the streets because they had fled from their families, had been forced to work by their parents or had been sold as labourers.



The well-being and holistic development of these children is the goal of ‘Casa Verde’, so that they may lead a secure and stable life despite their previous bad experiences. When these children arrive at ‘Casa Verde’, they often suffer from chronic malnutrition, cognitive deficiencies, and other consequences of neglect and poor hygiene; some have physical injuries. The signs of psychological trauma and low self-esteem are also noticeable: a variety of anxieties, bed-wetting, distrust, the boycotting of rules and regulations, and temper tantrums.

Blansal projects are:

- Casa Verde Arequipa
- Casa Verde Cusco
- The Orphanage Network
- The Workshop “Creative Women”
- CPAS
Sexual abuse Prevention Center

To know more about the projects in detail, please have a look on www.blansal-casaverde.org



Casa Verde Holiday Fun at the Beach of Camana

Stump Mission, Lusaka / Zambia

The Stump Mission in Lusaka / Zambia has become a very important support for many families for the medical care of their children.

Under the leadership of Mrs. and Mr. Huh a small medical clinic, a school and a kindergarten will be operated. Through the clinic and the regarding medical care, in the region of Stump Mission the average life expectancy of people was significantly increased and epidemic outbreaks such as cholera are greatly reduced.

The funds are needed for medical care, as there is no health insurance in Zambia. Especially for the children the aid will be invested for the maintenance and operation of the Kazemba kindergarten, Kazemba school and the Chismo Clinic.

Die Stump Mission in Lusaka/ Sambia ist mittlerweile für viele Familien eine sehr wichtige Hilfe für die medizinische Versorgung der Kinder geworden.

Unter der Leitung von Frau und Herrn Huh wird eine kleine medizini-



sche Klinik, eine Schule und ein Kindergarten betrieben. Durch die Klinik und die medizinische Vorsorge konnte die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen in der Region um die Stump Mission deutlich erhöht und Epidemieausbrüche wie zum Beispiel die der Cholera stark eingedämmt werden

Die Gelder werden für die medizinische Versorgung benötigt, da es in Sambia keine Krankenversicherung nach Europäischem Standard gibt. Speziell für die Kinder ist die Hilfe gedacht, die für die Unterhaltung und den Betrieb des Kazemba Kindergartens, der Kazemba Schule und der Chismo Klinik investiert werden.

Announcement: Myong Sang Meetings 2016



Chon-Jie-In Meetings for the Four Seasons 2016



Chon-Jie-In invites you to its Myong Sang meetings in the rhythm of the four seasons taking place in Webern, Germany.

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 2016 (from 11 a.m. to 3 p.m.)

- Winter January 16
- Spring April 16
- Summer July 09
- Autumn October 22

(The meetings are free of charge; a donation for the projects of the CJI association is welcome.

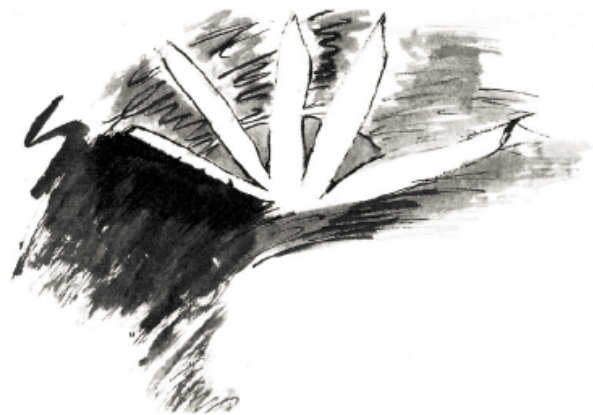
Maximum 30 participants, from the age of six. Meditation takes place in nature and inside the house.

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 (parents' home of Shinson Hapkido),

Brandauer Weg, D-64397 Webern, Phone/Fax: +49-6167-9128-30/-34



Local Projects of Shinson Hapkido Dojangs



Erdbebenhilfe für Nepal auf dem Pfingstcamp

So sieht jetzt eine der Straßen aus, an denen ich noch vor gut einem Jahr entlang hübscher Häuser und Straßenstände geschlendert bin ...

Am 26. April 2015 erschütterte ein schweres Erdbeben das kleine Land im Himalaya, das ohnehin schon zu den ärmsten Ländern der Welt zählt. Fast drei Wochen später erfolgte ein zweites großes Beben und auch dazwischen und danach erbebt die Erde immer wieder ... Das ist die schwerste Katastrophe in der Geschichte dieses Landes mit fast 9000 Toten.

Und wie das mit Katastrophen meist so ist: Wenn sie nicht mehr aktuell sind, verschwinden sie aus den Nachrichten und dem öffentlichen Bewusstsein. Aber die Schwierigkeiten im Lande gehen eigentlich dann erst so richtig los ...

Im letzten CJI-Magazin hatte ich über das Projekt Rokpa in Kathmandu berichtet, in dem ich schon zweimal mit Shinson Hapkido zu Gast war. Glücklicherweise haben alle Kinder, Jugendlichen und MitarbeiterInnen des Projektes das Beben heil überstanden. Aber die Zeit danach war und ist eine große Herausforderung. Wenn die Erde, die wir immer fest unter unseren Füßen meinen – bebt, ist das innerlich wie äußerlich eine große Erschütterung und Verunsicherung. Der Gipfel des Mount Everest befindet sich mittlerweile ganze 3 cm weiter südwestlich – das ganze Kathmandu-Tal hat es um mehr als 1 cm verschoben. Unglaublich sind sie: die Kräfte der Natur.

Das Projekt Rokpa begann in den Tagen nach dem Beben – nachdem in Zelte auf ein Nachbargrundstück „umgezogen wurde - damit, Hilfe in entlegene Dörfer zu entsenden: Mit Hilfe von einem LKW, zwei-drei Jugendlichen und oft einem internationalen Projektmitarbeiter fuhren sie über solch abenteuerliche Straßen (das ist wirklich ein Foto von einer ihrer Routen!) in schwer zu erreichende Dörfer: Sie wiesen einzelne BewohnerInnen in rudimentäre 1. Hilfe ein, versorgten die Verletzten und verteilten Zelte und Nahrungsmittel.

Als ich von diesen Aktionen erfuhr, fragte ich Sonsanim, ob ich an Pfingsten etwas zu dem Projekt und den Erdbebenfolgen erzählen und eine Spendendose aufstellen könne. Er war sofort einverstanden und sagte spontan 200 Euro von der ISHA für diesen Zweck zu. Viele waren interessiert an dem, was ich erzählte und ich bin noch oft danach darauf angesprochen worden. Am Ende des Pfingstcamps waren in den Spendendosen mehr als 900,- Euro eingegangen, so dass ich mit bei der ISHA eingegangenen Spenden insgesamt 1.300 Euro an Rokpa überweisen konnte!!! Vielen Dank an euch alle! Das Projekt schickt allerherzlichste Grüße zurück!

Auch nach Katastrophen geht der Alltag irgendwann weiter ... Die Schulen haben 6 Wochen nach dem ersten schweren Beben wieder geöffnet, aber das Land ist nicht mehr dasselbe wie vorher. So viele Menschen ohne ein Dach über dem Kopf, ihrer Existenzgrundlage beraubt ... Viele Bergdörfer können gar nicht



mehr aufgebaut werden – auch viele alte Kulturstätten wurden zerstört. Von einem Reiseveranstalter, der sich auch sehr für nachhaltige Unterstützung einsetzt, kam als Antwort auf die Frage, was wir – neben dem Spenden – was nach wie vor sehr sinnvoll ist – tun können, dieses Bild:

Ja – kaum zu glauben. Aber der Tourismus ist eine der Haupteinnahmequellen für Nepal und wer weiß – (bei Schreiben des Artikels wußte ich es noch nicht): vielleicht bin ich jetzt auch gerade wieder dort.

Wer etwas über das Projekt und die Aktionen dazu erfahren möchte, findet es hier: <https://www.facebook.com/ROKPA.org>
Und wer noch spenden möchte: http://www.rokpa.org/de_DE/willkommen-bei-rokpa-in-deutschland.html



Local Projects of Shinson Hapkido Dojangs

Herbstausfahrt mit Procap Sportgruppe Zug, 26. September 2015

Seit gut 20 Jahren unterstützen unsere Shinson Hapkido Mitglieder als Fahrerinnen und Fahrer die jährliche Herbstausfahrt der Procap Sportgruppe Zug. Dieses Jahr fuhren wir mit insgesamt 27 handicapierten Jugendlichen und Erwachsenen und den Betreuungspersonen von Cham nach Lungern, im Kanton Obwalden, zum beliebten Felsen-Restaurant „Cantino Caverna“, wo wir zum gemütlichen Kaffee und Kuchen eingeladen wurden.

Anschließend hatten wir die Möglichkeit, die einzigartige Brünig-Indoor-Anlage zu besichtigen – alle Teilnehmenden waren sehr beeindruckt!

Entlang dem Lungern- und Sarnersee führte uns die Rückfahrt nach Hünenberg. Die gemütliche Ausfahrt endete im Alters- und Pflegeheim Lindenberg, wo wir mit einem feinen und mit Liebe zubereiteten „Schnipo“ Essen mit „Caramel-Köpfli“ Nachtisch verwöhnt wurden. Glücklicherweise und zufrieden brachten wir anschließend alle Herbstausflug Teilnehmenden alle Herbstausflug Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit unseren Fahrzeugen nach Hause.



Das Fahrerteam, unter der Leitung von Jörg Beck, hat diesen Tag wiederum sehr genossen und freut sich bereits auf die nächste Ausfahrt im Herbst 2016.

Weitere Bild-Impressionen:
<http://www.shinsonhapkido.ch>

Andrea Durrer, Dojang Cham

Dojang Hasselroth auf dem Weihnachtsmarkt in Gondsroth

Koreanische Spezialitäten auf dem Gondsrother Weihnachtsmarkt

Alljährlich zum 3. Advent findet der Gondsrother Weihnachtsmarkt statt.

Wie jedes Jahr gibt es auch dieses Jahr einen Stand des Shinson Hapkido Hasselroth e.V. mit den beliebten koreanischen Spezialitäten wie Gemüsepfannkuchen, Pflaumenwein, Schnaps und Tee aus Ginseng und heißem fruchtigen „Yuja Cha“-Tee.

Der Erlös des Gondsrother Weihnachtsmarktes Markt wird vollständig gespendet und geht an unschuldige in Not geratene Menschen in Hasselroth.

Michael Boll, Dojang Hasselroth



Neuer Steingarten im Chon-Jie-In Haus in Webern

„Black Belt Haus“: ein Haus für das Leben

Dort ist im Spätsommer 2015 nach dem Sommerlager in Hamburg ein sehr schöner Steingarten mit Wasserfall eingerichtet worden.

Durch die Bewegung von vielen Tonnen Steine, Kiesel und Erde entstand so am Ende ein wunderschöner neuer Platz für das Chon-Jie-In Haus.



Wer das Haus in Zukunft besucht, ist herzlich eingeladen, einen kleinen eigenen Stein für den Steingarten mitzubringen.



Sonsanim und Landschaftsgärtner Uwe Kramm (27.Ki),
Dojang Darmstadt nach getaner Arbeit



*Wir
sorgen dafür,
dass Du gut
da stehst!*

de schooster

Schuhmacherei für Reparatur und Restauration
Bahrenfelder Straße 203 22765 Hamburg-Altona



Neuseelands erste Begegnung mit Shinson Hapkido Training



Für mich war es sehr aufregend, da meine Englischkenntnisse leider noch nicht so gut waren, aber ich weiß ja, dass Shinson Hapkido Training auch mit wenig Worten auskommt.

Es hat sehr viel Spaß gemacht, den Menschen die Grundzüge von Shinson Hapkido zu zeigen. Ich denke, die Leute sind mit einem sehr guten Eindruck nach Hause gegangen.

Noch einmal vielen herzlichen Dank an Camille Pruckmüller vom Bay City Dojang in Hastings, Neuseeland.

Wolfgang Schiller, Dojang HH 5

Die Idee in Neuseeland einmal Training zu geben, kam mir am Beginn meiner 4-wöchigen Reise am Anfang des Jahres 2015. Ich habe überlegt, im Tae Kwon Do Dojang in Hastings mal anzufragen, wo mein Neffe Ullja früher trainiert hat.

Also bin ich zu Sabomnim Camille Pruckmüller (4. Dan WTF) gegangen, um sie zu fragen, ob sie und ihre Schüler Shinson Hapkido kennenlernen möchten. Camille war sofort von der Idee begeistert, hat für den nächsten Tag einen Termin freige-

macht und am Tag drauf 16 Leute zusammengebracht. Sie kamen aus ganz verschiedenen Stilrichtungen und Altersstufen.



Heilfasten im Kloster Bühl nahe D-Baden-Baden vom 11. bis 16 März 2015

Loslassen und beschenkt werden

Auf der Suche nach einem tieferen Verständnis von Shinson Hapkido als Lebenskunst im Alltag bin ich zufällig auf das Heilfasten-Seminar mit

Kyosanim Ingrid Meyerhöfer aus dem Dojang Tübingen gestoßen und wurde reich beschenkt.

Fasten bedeutet hier weniger Verzicht, denn verzichtet habe ich nur auf feste Nahrung und auf schädigende Genussmittel. Fasten erlebte ich vielmehr als ein Beschenkt-werden mit tiefen Meditationen, inspirierenden Gesprächen über Do-Themen, stärkenden Übungen aus dem KiDoln, fördernden und freudigen Trainings, einem erholsamen Wellnastag in der Therme, Wanderungen in überwältigender, kraftvoller Natur, einer lebendigen Gemeinschaft und einer Leitung voll warmer Herzlichkeit.

Ich danke für diese Woche in der ich loslassen konnte, Kraft tankte und etwas mehr von Do erfahren habe.

Cordula Caspary, Dojang Bremen



25 Years Dojang Griesheim, Germany



Griesheim schlägt eine Brücke nach Asien

Am 19. April 2015 konnte man einen Hauch Asien in der Hegelsberghalle in Griesheim bei Darmstadt erleben. Die Budo-Abteilung des TuS Griesheim feierte dort ihr zweites Kirschblütenfest unter Einbindung ihrer verschiedenen Jubiläen in den Sparten Judo (40 Jahre), Shinson Hapkido (25 Jahre) und Kendo (20 Jahre) sowie Aikido.

Schon beim Eintreten in die Halle eröffnete sich dem Besucher ein asiatisches Ambiente. Mit viel Liebe zum Detail wurde die Halle mit zahlreichen selbstbemalten Lampions, Kirschblüten und Bäumchen sowie einem selbstgebauten Tori aufwendig geschmückt. Nachdem die Bürgermeisterin, Frau Gabriele Winter, die Veranstaltung eröffnet hatte, ertönte ein Gong, der die erste und alle weiteren Vorführungen stimmungsvoll ankündigte. Jede Sparte führte ihre Kampfkunst unter der Begleitung einer fach-

lichen Moderation eindrucksvoll vor. Die großen und kleinen Sportler führten mit Spaß, aber hoch konzentriert ihre eingeübten Techniken, Würfe und Sprünge vor, was die zahlreichen beeindruckten und faszinierten Besucher mit viel Beifall honorierten. Bevor die Shinson Hapkido Vorführung begann, übergab Frau Martina Vetter, langjährige Leiterin des Dojang Griesheim, offiziell die Leitung an Olaf Siemann und überreichte ihm die Urkunde.

Nach den Vorführungen lud die Abteilung in den Pausen die Interessierten ein, selbst ein paar Handgriffe und Fallübungen auszuprobieren. Viele Kinder aber auch einige Erwachsene nutzten das angebotene Mitmachprogramm. Andere informierten sich an den Infoständen der Sparten nach Trainingszeiten, schmökerten in den ausliegenden Büchern oder suchten das Gespräch mit den Trainern.

Pünktlich zur Mittagszeit duftete es verführerisch aus dem Nebenraum



nach verschiedenen frisch zubereiteten asiatischen Speisen. Besonders erfreute sich die Budo-Abteilung der Zusagen eingeladener Gruppen und Aussteller.

So wussten die Taiko-Trommler erneut mit ihren rhythmischen Darbietungen zu begeistern. In gelben Kimonos zeigte eine Bon Odori-Gruppe typische japanische Kreistänze und band auch Zuschauer mit ein. Ruhiger, aber ebenso faszinierend, ging es bei der traditionellen japanischen Schwertkampfkunst Kendo zu.

Während sich die Kinder Tipps beim Mangazeichnen holen und die Tangrami-Falttechnik erlernen konnten, bestand für die Erwachsenen die Möglichkeit, am Ikebana-Stand sowohl Gestecke zu erwerben als auch selbst zu gestalten. Wer ein weiteres besonderes Andenken oder ein Geschenk suchte, der wurde beim Stand der Tuschemalerei Sumi-e fündig.

Das diesjährige Kirschblütenfest lässt sich kurz zusammenfassen: Ein gelungenes, abwechslungsreiches und unterhaltsames Fest für die ganze Familie und für Interessenten.

Olaf Siemann, Dojang Griesheim

§ 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

10 Jahre Shinson Hapkido Schule Luzern in Perlen / Luzern, Schweiz



Der Luzerner Shinson Hapkido Dojang feierte am 30. Mai 2015 in Perlen/Luzern ihr 10 jähriges Jubiläum.

Die Feier begann um ab 9 Uhr mit einem Kampfkunst-Workshop, welcher vom Ehrengast und Begründer von Shinson Hapkido Großmeister/ Sonsanim Ko Myong geleitet wurde.

lockte besonders viele Zuschauer an. Während einer Stunde zeigten die Shinson Hapkido Mitglieder eine spektakuläre Show. Neben Heilgymnastik und Anfängerkönnen bis hin zur anspruchsvollen Kampfkunst mit aktionsreichen Sprüngen wurden auch Abwehrtechniken und Bruchtests präsentiert.

Sonsanim war extra für das Jubiläum aus Deutschland angereist. Bewegt haben sich über 70 begeisterte Workshopteilnehmer, Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters.

Die anschließende Kampfkunstshow

Feine koreanische Köstlichkeiten und musikalische Unterhaltung mit der Live-Band „Albi und Tanja“ rundeten die Feier bei einem gemütlichen Zusammensein ab.

Informationen und zusätzliche Bilder unter www.kampfkunst-luzern.ch

Geschichte des Dojangs Luzern

Shinson Hapkido wurde in der Schweiz erstmals offiziell im Jahr 1990 von Großmeister Ko. Myong unterrichtet.

Inzwischen gibt es 6 Shinson Hapkido Schulen in der Schweiz. Eine davon ist die Sektion Luzern, welche zum Dojang Cham gehört. Sie wurde im Jahr 2005 von Bu-Sabomnim Thomas Werder gegründet.

Nach neun aktiven Jahren in der Stadt Luzern ist die Kampfkunstschule im August 2014 nach Perlen in die Räumlichkeiten der Schindler Sportanlage umgezogen.

*Andrea Durrer,
Dojang Cham/Luzern*



Shinson Hapkido in Leipzig?

Für den Aufbau eines regelmäßigen Shinson Hapkido Trainings werden ein bis zwei DanträgerInnen oder Menschen ab 3. Kup gesucht, die Lust haben, regelmäßig in Leipzig zu unterrichten.

Wie wir dieses Training aufbauen werden, wer unterrichtet, an welchen Tagen, im Wechsel etc. können wir gerne gemeinsam entwickeln und abstimmen.

Shinson Hapkido in Leipzig wäre aus meiner Sicht eine gute Chance für Erwachsene und Kinder, die Interesse an unserer Kampfkunst und unserem Entwicklungstraining haben.

Bei Fragen oder Interesse meldet Euch bitte bei

*Bu-Sabomnim Bernhard Tessmann
Dojang Hamburg 5, St. Pauli*



Shinson Hapkido Dojang Zug: 20-jährige Jubiläumsfeier und Dojang-Übergabe

Wir waren überwältigt und standen mit offenem Mund und großen Augen da.

Niemals hätten wir uns träumen lassen, anlässlich unseres Anlasses ein so tolles Fest mit so wunderbaren

Gästen erleben zu dürfen, so viele Geschenke entgegennehmen zu können, mit so vielen Glückwünschen, Umarmungen und Küsschen bedacht zu werden und so viel Zuneigung, Freundschaft und geteilte Freude zu erfahren.



Ein ganz herzliches Dankeschön

- an Sonsanim Ko. Myong und Samunim, die extra angereist waren.
- an alle Verwandten, Freunde, Vereinskameraden, Kollegen, Nachbarn, Bekannten und Helfer, die diesen besonderen Tag zusammen mit uns erlebt,
- an alle, die zwar nicht persönlich, aber doch im Geiste dabei waren,
- an alle, die diesen Tag überhaupt erst möglich gemacht haben.

Wir wünschen unserer neuen Dojangleiterin Patricia Ulrich 2. Dan, 16. Ki nur das Allerbeste und mögen ihre Visionen von viel Frauenpower wachsen und möge sie Do begleiten.

Kamsahamnida für unvergessliche 20 Jahre ... ;-))

*Herzlichst Euer
Bu-Sabomim Marcel Mayer
Dojangleiter Zug 1995–2015*

Herbstwanderung des Schweizer Shinson Hapkido Fördervereins am 22. August 2015

Alpbesuch mit Käseworkshop

Der Shinson Hapkido Förderverein Schweiz lädt jedes Jahr zu einer Herbstwanderung ein, die üblicherweise von unserer Bergführerin Gisela Tschan (Dojang Schwyz) organisiert wird. Dieses Jahr sollte es ein ganz spezielles Erlebnis werden.

Vier Leute (Gisela, Susanne, Patricia und Marcel) machten sich am 22. August 2015 auf in die Berner Alpen um unsere Vereins-Aktuarin Sara Weinberger (Dojang Cham) und ihren Lebenspartner Christian auf der Alp Oberer Chaltenbrunnen zu besuchen.

Die zwei hatten sich für den Sommer von der Zivilisation verabschiedet und lebten und arbeiteten für nahezu drei Monaten auf der Berner Alp um zu Bauern und zu Käsen.

Nach einer atemberaubenden Seilbahnfahrt auf den Rinderberg und kurzem Aufstieg und Gratwanderung erreichten wir gegen Abend die Alp im Horneggli, wo wir



herzlich begrüßt wurden.

Nach kurzem Einchecken und Führung der Alphütte und Alpbetrieb kümmerten wir uns um das Abendessen. Die Leute haben sich sehr über ein paar Würste gefreut, denn Fleisch steht nicht allzu oft auf dem Speiseplan. Gemütlich am Lagerfeuer holten wir dann die eine

oder andere Geistergeschichte heraus (Sennetunnschi s. CH-Film) es war eine spezielle Stimmung und erinnerte stark an die Schullagerzeit.

Am anderen Tag wurden wir durch Sara in das Käsen eingeführt, was für uns alle eine interessante Erfahrung war. Mit einem „Rugel“ Käse verabschiedeten wir uns und machten uns zufrieden auf dem Heimweg.

Herzlichen Dank an Sara und Christian für diesen Einblick in die Sennchäserei!

*Marcel Mayer,
Dojang Zürich, Schweiz*



Dojang Darmstadt - Besuch von Schwester Rhee, 7. - 9. Oktober 2015

The KiDoln-group at the centre Dojang Darmstadt have had a very special guest on Thursday, October 10, 2015:

Sonsanim brought Sister Rhee from the Korean Diakonia Sisterhood to a all-together-training and followed by a cosy get-together, which both were very much enjoyed not only by sister Rhee.



Am Donnerstag, den 8.10.2015 hatte die KiDoln-Gruppe des Dojang Darmstadt einen ganz besonderen Gast:

Sonsanim brachte Schwester Rhee von der koranischen Diakonia Sisterhood zu einem gemeinsamen Training und anschließendem gemütlichen Beisammensein mit, welches nicht nur von Schwester Rhee sehr genossen wurde.

Obituary - Nachruf Stefan Kostrzewski (Coach)



Liebe Freundinnen und Freunde,

am Samstag, 27. Juni 2015 kurz nach 5 Uhr ist unser lieber Freund und Schüler Stephan Kostrzewski, für viele kurz Coach, nach langer Krankheit gestorben. Wir sind sehr traurig.

Er hat 1993 mit dem Training begonnen und 2012 im 26. Ki seine Dan-Prüfung gemacht. Die ganze Zeit über war er an der Entwicklung und dem Aufbau unseres Dojang beteiligt. Er hat in all seinen Lebensbereichen seinen eigenen, sehr persönlichen Weg gesucht. Doch hat er sich nie der Gemeinschaft verschlossen und uns wohlwollend unterstützt und kritisch begleitet.

Die Abschiedsfeier im Kreise seiner Familie, seiner Freunde und zahlreicher Mitglieder der norddeutschen Dojangs war sehr bewegend. Dies war auch ein deutliches Zeichen dafür, wie wichtig es ist, so eine Gemeinschaft um sich zu haben, die einen auch schützen und halten kann.

Danke an Stephan, aber auch an alle, die ihn in den letzten Monaten begleiteten.

*Für alle Mitglieder,
Freundinnen und Freunde*

Uwe Bujack, Dojang Hamburg 5

Die Shinson Hapkido Danprüfung – eigentlich sind wir alle „Anfänger“!

Das Gürtelsystem im Shinson Hapkido ist im Prinzip aufgebaut wie die Natur mit ihrem Wechsel der vier Jahreszeiten: Der Kreislauf verläuft von „außen nach innen“, das heißt in Richtung einer inneren geistigen Entwicklung, und zwar in insgesamt neun Stufen.

Anfängerinnen und Anfänger tragen den weißen Gürtel, Mu Kup. Dies symbolisiert den Winter, „Mu“ bedeutet „leer“.

Gelb, orange und grün stehen für den Frühling mit seinem Aufbau und seiner allmählichen Entwicklung, mit Blüten und bunten Farben und den grün hervor wachsenden Sprösslingen, die aus der Erde heraus geboren werden. Blau, blau-rot und rot sind wie der Sommer mit starkem Wachstum und voller Entfaltung.

Die Gürtelfarben rot-braun, braun, braun-schwarz zeigen uns, dass der Herbst mit seiner Reife- und Erntezeit gekommen ist.

Schwarz steht für Ruhe und nähert sich wieder dem Winter: Es kommt darauf an für andere da zu sein, das Wachstum der Anderen zu unterstützen – es ist so wie beim natürlichen „Dünger“ in der Pflanzenwelt.

Vom ersten bis neunten Dan geht das Wachstum dann umgekehrt „von innen nach außen“: Irgendwann werden Danträger sich wieder dem Gefühl, wie es Weißgürtel haben, annähern und auf eine bestimmte Art selbst wieder Anfänger sein.

Das heißt natürlich auch, dass die Danträgerinnen und Danträger im Shinson Hapkido nicht besitzen und beherrschen, unabhängig vom Dangrad. Sie stellen sich vielmehr den anderen zur Verfügung, helfen und unterstützen.

Wenn man jede Gürtelprüfung macht, wie es bei uns im Shinson Hapkido üblich ist, dauert es vom weißen Gürtel bis zum ersten Dan mindestens fünf Jahre.

In der Prüfung zum 1. Dan behandelt eine schriftliche Prüfung Fragen der Menschlichkeit, der Pädagogik, der Naturheilkunde und Geschichte. Die Prüfung dauert etwa neun Stunden. Viele Leute, die das hören, fragen, warum die Theorie und das Wissen, das hier geprüft wird, so wichtig ist und im Dan-System so eine große Rolle spielt.

Wenn man sich umschaute, sieht man schnell, dass (Dan-) Prüfungen in den Kampfkünsten hauptsächlich auf die körperlichen Aspekte zielen. Wenn man auf so einer Basis als Lehrer mit anderen Menschen umgeht, wird das Lernen aber schnell ganz einseitig. Deshalb müssen wir beim Shinson Hapkido Lernprogramm auch das innere Wachstum berücksichtigen.

Damit man mit der bestandenen Prüfung zum 4. Dan „Meisterin“ oder „Meister“ sein kann, muss man zudem eine Examensarbeit vorlegen, eine Spezial-Arbeit zum Thema: „Zum Wohl von Mensch und Natur“ und gleichzeitig praktische Erfahrung haben, zum Beispiel mit einem Sozialprojekt oder das Leiten eines Dojangs.

So wie es schon in meinem Grußwort steht, haben wir seit Sommer 2015 sieben neue Meisterinnen und Meister bei uns. Wir möchten nochmals herzlich gratulieren!

Danträger – Ehepaare

Außerdem sind inzwischen einige Ehepaare Danträgerinnen und Dan-

träger, viele davon trainieren aktiv.

Mit Partnerinnen oder Partnern in der Meisterklasse sind dies zum Beispiel

Maria Schreiber, 1. Dan und Joachim Krein, 4. Dan

Barbara Rongen, 1. Dan und Jochen Liebig, 4. Dan

Saskia Leissner-Sager 2. Dan und Christoph Albinus, 4. Dan

Annette 1. Dan und Jørgen Løye Christiansen, 4. Dan

Sigrid Bujack-Blecher, 4. Dan und Uwe Bujack, 4. Dan

Lidija Kovacic, 4. Dan und Christian Schmidt, 4. Dan.

Danträger – Familien

Es gibt auch ganze Familien im Shinson Hapkido, z. B. in Darmstadt:

Lena Menzel, 1. Dan und Jurij Menzel, 3. Dan, mit Schwester/Schwägerin Julia Gottwald, 1. Dan und Mutter/ Schwiegermutter Gesa Frömberg, 1. Dan.

Glücklicherweise ist auch unser ältester Danträger noch bei uns: Prof. Jochen Blume aus der 2. Ki-Generation, der über 90 Jahre alt ist.

Wir freuen uns auch über unsere älteste aktive Lehrerin aus dem Zentrumsdojang Darmstadt: Eva Duft, aus der 14. Ki-Generation ist 79 Jahre alt.

In der Trainingsgruppe von Eva Duft haben wir auch unser ältestes Mitglied überhaupt: Helma Zängerlein mit 93 Jahren.

Ehren-Dan

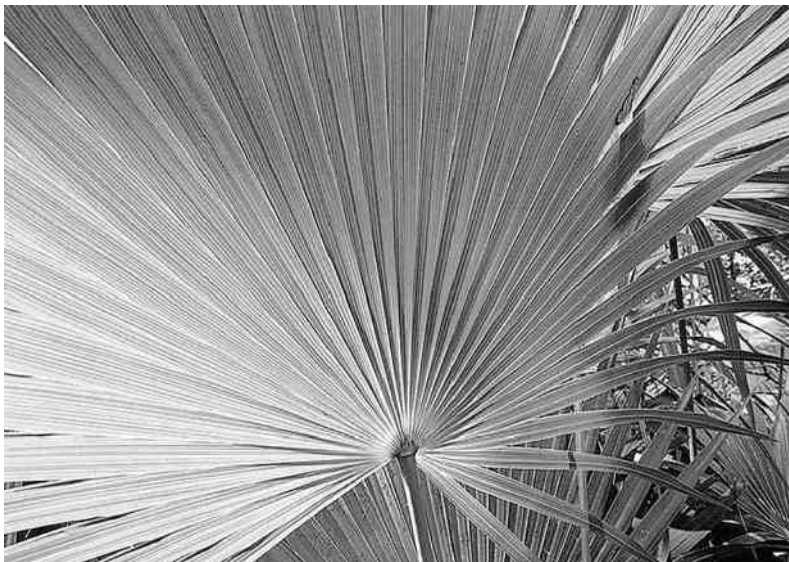
Ein Ehren-Dan wird an Menschen vergeben, die Shinson Hapkido Sozialprojekte realisieren und unterstützen und die mindestens 20 Jahre für Shinson Hapkido aktiv sind.

Die erste Ehren-Danträgerin war die inzwischen verstorbene Marta Keller, Die zweite Ehren-Danträgerin ist Helga Wagner. Sie trainiert seit 1985 und leitet eine KiDoIn-Gruppe im Zentrumsdojang Darmstadt.

Shinson Hapkido eignet sich also sehr gut als Familientraining.

Man kann es sehr lange ausüben und trainieren, auch wenn man älter wird!

Sonsanim Ko Myong



The Shinson Hapkido Black Belt Examination – Actually, we are all „Beginners“!

In Shinson Hapkido the belt system is basically constructed like nature with its changing four seasons: The cycle runs in total nine levels from „from the outside to the inside“, means in the direction of an inner spiritual development.

Beginners wear the white belt „Mu Kup“, symbolizing the winter, „Mu“ means „empty“.

Yellow, orange and green are for the spring with its construction and gradual development, with flowers and bright colours and the green of growing sprouts, born out of earth.

Blue, blue-red and red is like the summer with strong growth and full development.

The colours red-brown, brown, brown-black show us that autumn has come with it's maturity and harvest time.

Black stands for peace and winter: It's important to be there for others and support the growth of others – it's just like the natural „fertilizer“ in the plant world.

From first to ninth black belt grade (Dan) the growth is reversed „from the inside to the outside“: Sometime black belts will close to the feeling again, they have had as beginner and again even be beginners in a certain way.

That also means that black belts regardless the grade do not possess and dominate Shinson Hapkido. They rather offer their support and just be there for others.

With Shinson Hapkido it needs at least 5 years from the white belt to the first black belt grade (1. Dan), if one attend to every belt examination.

The 1st Dan examination includes a written test over 9 hours. This test is about questions of humanity, education, natural medicine and history. Many people hearing that, ask why the queried theory and knowledge is so important and has such a big part system of Dan education and examination.

If you look into the usual understanding of black belt examinations in martial arts, it is quickly visible that the testing for black belt attend to physical aspects mainly. On that basis the education tends to go very fast one-sided. Due to we have to consider the inter-

nal growth for the Shinson Hapkido education as well.

To pass the 4th grade examination for black belts and call yourself a „Master“, one must also submit a thesis, a special work on the thematic: „For the good of human and nature“ and need to have practical experience e.g. with a social project or leading a Dojang at the same time.

As I already expressed in my greeting, since summer 2015 we have seven new „Masters“ with Shinson Hapkido. We'd like to congratulate again!

Black belts – Couples

In addition, we have several couples of black belts meanwhile, many of them train actively.

With partners of master grade these are for example:

Maria Schreiber, 1st Dan and Joachim Krein, 4th Dan

Barbara Rongen, 1st Dan and Jochen Liebig, 4th Dan

Saskia Leissner-Sager 2nd Dan and Christoph Albinus, 4th Dan

Annette 1st Dan und Jørgen Løye Christiansen, 4th Dan

Sigrid Bujack-Blecher, 4th Dan and Uwe Bujack, 4th Dan

Lidija Kovacic, 4th Dan and Christian Schmidt, 4th Dan

Black belts – Families

There are also entire families training Shinson Hapkido, e.g. in Darmstadt:

Lena, 1st Dan and Jurij Menzel, 3rd Dan, with sister/sister-in-law Julia

Gottwald, 1st Dan and mother/mother-in-law Gesa Frömberg, 1st Dan.

Fortunately, we also have our oldest black belt still with us: Prof. Jochen Blume from 2nd Ki generation, which is over 90 years old.

We are also pleased about our oldest active teacher from the centre Dojang Darmstadt: Eva Duft from 14th Ki generation is 79 years old.

And in the training group of Eva Duft we also have our oldest member at all: Helma Zängerlein with 93 years.

Honorary Dan:

An Honorary Dan is awarded to people who support and implement Shinson Hapkido social projects and who are active at least 20 years for Shinson Hapkido.

The first Honorary Dan was given to the now deceased Martha Keller.

The second Honorary Dan is given to Helga Wagner. She is active since 1985 and leads a KiDoIn-group in the centre Dojang Darmstadt.

Shinson Hapkido therefore is very suitable as a training for the whole family.

It can be exercised and realized for a long time, even when you get older!

Sonsanim Ko. Myong



OFFICIAL INTERNATIONAL SHINSON HAPKIDO DOJANG LIST

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

International Center-Dojang www.shinsonhapkido.org

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

Vienna 1, Section Login, Weiglasse 19

Laszlo Martos
Lars Schäfer

(3.Dan) wien1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) sek.login@shinsonhapkido.org

+43-(0)1-8775183
+43-(0)650-7440922

BELGIUM <http://www.shinsonhapkido.be>

Amel 1, Turnsportzentrum Amel

Elsenborn 1, Sporthalle Herzebösch

Eupen 1

St.Vith 1

Kurt Brück
Martin Backes
Arthur Hönen
Dora Hönen

(4.Dan) amel1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) elsenborn1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) eupen1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) st.vith1@shinsonhapkido.org

+32-(0)80-642624
+32-(0)80-341242
+32-(0)80-444287
+32-(0)80-330903

DENMARK <http://www.shinsonhapkido.dk>

Århus 1, Elise Smiths Skole, Ny Munkegade 13

Holbæk 1, Holbæk Budo Skole

Hvidovre 1, Strandsmark's Skolen

Kalundborg 1, Tømmerup Skole

Roskilde 1, Sonderlundvej

Jesper Pedersen
Frank Larsen
Torben Bruun
Michael Eibye
Jorgen Christiansen

(2.Dan) aarhus1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) holbaek1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) hvidovre1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) kalundborg1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) roskilde1@shinsonhapkido.org

+45-(0)20-628899
+45 (0)2222-2087
+45-(0)617-18143
+45-(0)59-183124
+45-(0)59-437817

GERMANY

Aachen1 (Oh Sang), In der Kulturfabrik, Oranienstr.9

Bad Belzig 1 (Gong Dong Che), Rosa-Lux.-Str. 28c

Bad Emstal 1, Schulsporthalle

Berlin 1

Berlin 1, Section Friedrichshain, Grünbergerstr. 73

Bremen 1 (Bonjil e.V.), Waller Heerstr. 110

Darmstadt 1, Liebigstr. 27

Darmstadt 1, Section TU Hochschulsportzentrum

Erbach 1, Turnhalle Erlenbach

Eutin 1, *nicht aktiv*

Frankfurt 1, Alt-Bornheim 42

Griesheim 1, Sternegasse, Hegelsberghalle

Hamburg 1 (Suyang), Friedensallee 44

Hamburg 2, Dernauerstr. 51b

Hamburg 5 (Oh Haeng), Seewartenstr. 10/6

Hamburg 5, Section Buchholz 1

Hamburg 5, Section Eimsbüttel 1

Hamburg 5, Section Nord 1, Langenhorn

Hamburg 5, Section Schoolprojects

Hannover 1/Hagenburg, Am breiten Graben 19

Hasselroth 1, Hauptstrasse 51, 63594 Gondsroth

Köln 1, Maybachstr. 172-174

Lüneburg 1, Universität-Hochschulsport

Oberhausen 1, Michelstr. 21

Offenbach 1, Seligenstädterstr. 107

Seligenstadt 1 (Il Shim), Leimenweg 11

Semmerin 1, Dorfstr. 10

Semmerin 1, Section Kleinmeisdorf-Eutin

Straubenhardt 1, Straubenhardthalle Conweiler

Tübingen 1

Tübingen 1, Section Mannheim 1

Christoff Guttermann
Ralf Bodenschatz
Egidio Pantaleo
Horst Bastigkeit
Jürgen Großmann
Ruth Arens
Joachim Krein
Jürgen Müller
Günther Lust
Torsten Weiß
Detlef Fischer
Olaf Siemann
Lidija Kovacic
Uwe Schlüter
Uwe Bujack
Georg Bremer
Wolfgang Schiller
Jens Hering
Hauke Reglin
Karsten Bendlin
Horst Heinzinger
Uwe Dallwitz
Joachim Blank
Detlef Wesselmann
Armin Schippling
Josef Schmitt
Christoph Albinus
Christopher Bohn
Tobias Münch
Jochen Liebig
Joachim Gocht

(3.Dan) aachen1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) badbelzig1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) bademstal1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) berlin1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) sek.friedrichshain1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) bremen1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) darmstadt1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) sek.darmstadt-tu1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) erbach1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) eutin1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) frankfurt1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) griesheim1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) hamburg1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) hamburg2@shinsonhapkido.org
(4.Dan) hamburg5@shinsonhapkido.org
(1.Dan) sek.buchholz1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) sek.eimsbuettel1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) sek.nord1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) sek.schulprojekteHH@shinsonhapkido.org
(3.Dan) hannover1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) hasselroth1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) koeln1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) lueneburg1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) oberhausen1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) offenbach1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) seligenstadt1@shinsonhapkido.org
(4.Dan) semmerin1@shinsonhapkido.org
(1.Dan) sek.kleinmeisdorf@shinsonhapkido.org
(1.Dan) straubenhardt1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) zug1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) sek.mannheim1@shinsonhapkido.org

+49-(0)2408-1457523
+49-(0)160-91877476
+49-(0)5624-1067
+49-(0)157-57579110
+49-(0)160-1563632
+49-(0)40-43274311
+49-(0)6151-997978
+49-(0)6151-3528377
+49-(0)175-4620694
+49-(0)4521-3998
+49-(0)69-35357738
+49-(0)6162-6925
+49-(0)40-891398
+49-(0)40-6326816
+49-(0)40-43183318
+49-(0)170-8955998
+49-(0)40-43183318
+49-(0)40-82293450
+49-(0)40-31791308
+49-(0)5033-971888
+49-(0)6024-80429
+49-(0)221-7393272
+49-(0)5823-952653
+49-(0)176-51635181
+49-(0)69-89906086
+49-(0)6182-67141
+49-(0)38755-40050
+49-(0)179-4582786
+49-(0)170-9160523
+49-(0)7071-763979
+49-(0)621-8720766

LUXEMBOURG, *nicht aktiv*

Christine Baatz

(1.Dan) luxembourg1@shinsonhapkido.org

+49-(0)6151-1598903

SOUTH-KOREA Seoul 1 (In Chon) Mansu-Dong

seoul1@shinsonhapkido.org

NETHERLAND <http://www.shinsonhapkido.nl>

Utrecht 1, Basisscholl Pieterskerkhof

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

Cham 1, Section Luzern 1, Dorfstr. 9, Perlen

Fribourg 1, Warpel 10, Düdingen

Schwyz 1, Landsgemeindestr. 28, 6438 Ibach

Zug 1, Obermeuhofstr. 13 , 6340 Baar

Zürich 1, Limattalstr. 354

Thomas Werder
Thomas Werder
Stefan Barth
Gisela Tschan
Patricia Ulrich-Mayer
Marcel Mayer

(3.Dan) cham1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) sek.luzern1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) fribourg1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) schwyz1@shinsonhapkido.org
(2.Dan) zug1@shinsonhapkido.org
(3.Dan) zuerich1@shinsonhapkido.org

+41-(0)41-7802626
+41 (0)79-4663884
+41-(0)79-7246126
+41-(0)79-4013181
+41-(0)79-7467744
+41-(0)79-4701323

SPAIN

Maspalomas1 Gran Canaria

Vojko Poljasevic

(1.Dan) maspalomas1@shinsonhapkido.org

+34-(0)928-763366

Personal Events - we congratulate:

Tim Bostan
birthday May 04, 2015
Dina Bostan (25.Ki) & Lars



Ronja Luisa Menzel
birthday May 08, 2015
Lena (24.Ki) & Jurij (17.Ki) Menzel



Noémie Gross
birthday August 28, 2015
Jessica Halmes & Thorsten Gross (23.Ki)



Kathinka & Paul (18.Ki) Eschenhagen
July 09, 2015



Ulrike Stefllic (25.Ki) & Georg Bieringer
May 05, 2015



Anne & Luise Dirksen
birthday July 17, 2015
Annette (16.Ki) & Jörg Dirksen



Maximilian Bieringer
birthday August 08, 2015
Ulrike Stefllic (25.Ki) & Georg Bieringer





32. Int. Shinson Hapkido Sommerlager in Tübingen 29.7.–5.8.2016

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

Liebe Freunde,

es ist uns eine große Freude, im Sommer 2016 zum dritten Mal im „Ländle“ das 32. Int. Shinson Hapkido Sommerlager veranstalten zu dürfen und zum wiederholten Male Gastgeber zu sein.

Tübingen, die Stadt der Dichter und Denker, Maultaschen und Spätzle, liegt am Fuße der Schwäbischen Alb zwischen Schönbuch und Schwarzwald inmitten lieblicher, romantischer Natur.

Unser Sommerlager findet diesmal auf dem Festplatz von Tübingen statt. Der Platz liegt idyllisch am Neckar und direkt neben dem städtischen Freibad.

Er lädt ein zum Training für Körper und Geist, zum Entspannen und Genießen.

Für die Freizeitgestaltung außerhalb des Sommerlagers hat Tübingen mit seiner gemütlichen, mittelalterlichen Altstadt viel Interessantes und Schönes zu bieten – z. B. ein Eiscafé auf dem historischen Marktplatz oder eine Stocherkahnfahrt auf dem malerischen Neckar...

**In Vorfreude auf euer Kommen
Sabomnim Jochen Liebig
und die Shinson Hapkido Familie Tübingen.**



Große internationale Shinson Hapkido Show

Benefiz-Veranstaltung für das Straßenkinder-Projekt „Casa Verde“ in Peru

4. August 2016, Beginn: 19.00 Uhr

Paul-Horn-Arena, direkt am Sommerlager-Platz