

## Immer locker . . .

. . . das war die Devise bei Bundestrainer Park Soo Nam's Trainerlehrgang, der vom 11.7. - 17.7.1981 in Kirchseeon in der Nähe von München stattfand.

Immer locker bei Kampf und Steppetechniken zu sein, war für viele der Lehrgangsteilnehmer eine neue Erfahrung. Aus Dänemark, Belgien, Frankreich, Italien, Schweden und der Türkei kamen die Eleven, um sich gemeinsam mit deutschen Danträgern in die neuesten Erkenntnisse eines professionellen Trainings einweihen zu lassen.

Der Zeitplan, der übrigens dicht gedrängt war und zur Verwunderung der meisten (die Herrn Park noch nicht so gut kannten) minutiös eingehalten wurde, entschädigte jedoch alle für die Mühe der teilweise langen Anfahrt.

Am ersten Trainingstag war mit Rücksicht auf alle nur Gymnastik angesetzt, mit Theorie für taktischen Kampf und Beinstellung.

Doch schon am zweiten Tag ging es in die Vollen!

Nur um einen kleinen Überblick zu zeigen:

10.00 bis 12.00 Uhr Kampftraining (immer locker . . .)

14.00 bis 17.00 Uhr Hosinsul (Hapkido)

18.30 bis 20.30 Uhr Theorie von Winfried Anders

z. B. Grundlagentraining, Aufbaustraining, Hochleistungstraining, Schnellkrafttraining, Ausdauertraining, Krafttraining

In dieser Form ging es die ganze Woche lang weiter.

Die weiteren Referenten außer Winfried Anders waren:

Mr. Park, Hae-Man 8. Dan aus Paris (Poomse)

Mr. Ko, Myong-Pal 6. Dan aus Mainz (Hapkido)

Herr Faltin Hans, Handballbundesligamasseur und Masseur der deutschen Taekwondo Nationalmannschaft aus Günzburg (Massage, Erste Hilfe) und natürlich unser bewährter Bundestrainer Park Soo-Nam, der sich für das Kampftraining und allen damit zusammenhängenden Fragen verantwortlich zeigte.

"Der Lehrgang war sehr gut, leider aber war er zu kurz", sagte Mesieur Jaques Adami aus Frankreich, "ich habe viel gelernt, vielleicht könnte man später nochmal einen speziellen Poomse-Lehrgang ansetzen"!

"Auch mir gefiel der Lehrgang sehr gut, speziell die neuen Kampftechniken haben mir sehr gut gefallen", meinte Kim aus Dänemark, "ebenso der Massagelehrgang und die ausführliche Theorie waren Spitze, ich bin rundweg zufrieden".

Einmal schon, aber jeden Tag . . . immer locker.

Zur allgemeinen guten Stimmung trug aber auch die Kirchseeoner Bevölkerung bei, allen voran der ASTV. Kirchseeon mit seinen beiden Vorsitzenden. Sie nahmen die TKD-"Jünger", wie sie die Teilnehmer nannten, mit offenen Armen auf und unterstützten sie wo es nur ging. Man hätte meinen können, die TKD-Sportler aus ganz Europa wären schon seit Jahrzehnten hier Gast. Auch der Bürgermeister half wo er konnte. Am Anfang noch etwas mißtrauisch zwar (TKD? was ist denn das?) aber am Ende taute er doch auf, dank des Charmes Herrn Park's und dessen unermüdlischen Helferin Sieglinde Bauer. Aber ein Mann sei noch erwähnt, der zum Gelingen des Lehrganges viel beitrug. Birnbaum hieß er, im Ort sinnigerweise "Apfel" genannt. Er machte die Kleinarbeit. Beseitigte Schwierigkeit da, half dort aus, er war ständig da, wenn man ihn brauchte, auch abends als Stimmungskanone. Fragen Sie doch mal Alex Jensen aus Dänemark, ob ihm das Bier (hoppla, natürlich der Lehrgang) geschmeckt hat. Er sagt es Ihnen bestimmt.

"Die Organisation hätte am ersten Tag besser sein können, wir fanden den Camping-Platz sehr schlecht, aber Mr. Park hat mich für alles entschädigt. Meiner Meinung nach dürfte er der derzeit beste Trainer sein, der sowohl Theorie wie auch Praxis gut vermitteln kann".

Auch Mr. Park aus Paris hat mir viel beigebracht, er zeigte die Poomse's ganz klar und korrekt. Leider gab es dieses Zeitproblem, ich glaube auch wie Jaques, daß man den gesamten Lehrgang ruhig etwas ausdehnen hätte können.

"Dieser Lehrgang war aber nicht nur für die technische Seite gut, sondern er hat die Kontakte zu den verschiedenen Nationen gefestigt und das ist wichtig für die Entwicklung des TKD in Europa!", erklärt Alex Jensen in seiner für ihn typischen direkten Art, und macht einen tiefen Zug aus seinem vor ihm stehenden Bierglas. Ob's ihm wohl schmeckt?

Michael Cloesen und Hubert Dambret aus Belgien auf die Frage, was sie über den Lehrgang denken:

Cloesen: "Herr Park ist für alle Aspekte des TKD ein Spitzen-trainer".

Dombret: "Genausogut gefiel mir das Hosinsul-Training des Herrn Ko und der Erste-Hilfe-Kurs und Massage-Kurs von Herrn Faltin".

Cloesen: "Ja, jetzt können wir uns im Notfall, bis der Arzt eintrifft, selbst helfen, eine wichtige Sache bei Meisterschaften".

Dombret: "Der Lehrgang war von Anfang bis Ende spannend und lehrreich, aber nicht überladen. Herr Park hat großes psychologisches Einfühlungsvermögen".

Cloesen: "Das einzige negative ist nur, daß nicht alle belgischen Trainer hier sein konnten. Wenn es nochmal einen solchen Lehrgang gibt, machen wir wieder mit".

Voll des Lobes ist auch Yong, Oh-Cho, Koreaner, der in Stockholm lebt. Er kam nach Schweden als Student und arbeitet nun als Trainer dort.

"Ich bin erfreut, daß mich Saboum-Nim (Meister) Park hierher eingeladen hat, weil ich die neuen Steppetechniken und Kampf-techniken lernen konnte. Auch war angenehm, daß die Zeiteinteilung ganz genau eingehalten wurde."

"Alles war neu für mich, die Kampftechniken, Poomse, Hosinsul usw. Auch die Freundschaft der Teilnehmer untereinander war gut. Nur Abends war es etwas anstrengend", sagte Robert Dressler. (Sicherlich meint er die Stunden nach 20.30 Uhr).

Auch Lena Petersen, Dritte der letzten Europameisterschaft war mit dem Lehrgang zufrieden, "die Poomse's haben wir aber schon in Dänemark gelernt".

Pech hatte Sabine Hunkel, Europameisterin, die zusammen mit ihrem Mann Ferdinand Hunkel am Lehrgang teilnahm.

Sie hat sich bei einer Übung den Fuß gebrochen. "Mit dem Lehrgang bin ich vollauf zufrieden, und dann dies . . ." und zeigt dabei auf ihren Gips. "Aber zur DM am 19./20. September in München bin ich wieder fit", meint sie mit einem energischen Unterton in der Stimme.

"Ich bin überrascht, daß der Zeitplan so exakt eingehalten wurde", erklärt Ülker Nedat aus der Türkei, "der Lehrgang sollte wiederholt werden, aber wenn es geht, wieder mit Hapkido-Kurs".

"Wir hatten hier sehr gute Stimmung", dieser Satz kommt von dem Italiener Creti Catalto, der im Stuttgarter Raum 3 TKD-Schulen betreibt, "gerade die Kameradschaft hier hat mir sehr gut gefallen. Wichtig für mich als Schulbesitzer war aber die technische Seite, wie Kampftraining, Massage-Lehrgang mit Erster Hilfe, Poomse-Lehrgang und das Hapkido Training. Nun kann ich meinen Schülern wieder neue Anregungen geben und mein Trainingsprogramm auffrischen."

Zu diesem Interview muß ergänzend noch erwähnt werden, daß es unter erschwerten Bedingungen stattfand, nämlich am Donnerstag, als der Punkt "geselliges Zusammensein" angesetzt war. Was nicht heißen soll, daß "geselliges Zusammensein" nur einmal stattfand.