

Taekwon Do Dojang e.V. Attendorn

Seit nun mehr als 40 Jahren bietet der TKD Dojang e.V. Kampfkunst aus Korea an. Der Verein bietet Taekwon-Do als Breitensport an, um in erster Linie den körperlichen und geistigen Zustand zu verbessern. Dies geschieht ohne Leistungsdruck. Im Vordergrund steht die Aus- und Fortbildung. Der Verein besucht regelmäßig Lehrgänge, auch in anderen Kampfkünsten, und veranstaltet auch selbst Lehrgänge.

Der TKD Dojang e.V. in Attendorn lehrt und verbreitet das authentische **Chang Hun Taekwon – Do, ITF** des Begründers Gen. **Choi Hong Hi**

Trainingszeiten

Attendorn Gymnastikhalle „Hohler Weg“

Dienstag	
17:00 – 18:20	TKD Kindertraining
18:30 – 20:00	TKD Erwachsenentraining
20:00 – 21:15	Qi Gong / Tai Ji Chuan
Freitag	
17:00 – 18:20	Qi Gong / Tai Ji Chuan
18:30 – 20:00	Taekwon Do für Alle
Sonntag	
9:30 – 11:00	für Alle Taekwon Do Tul
	Qi Gong / Tai Ji Chuan
	(nur nach Absprache)

태
권
도

T
A
E

K
W
O
N

D
O

Kontakt

Taekwon Do Dojang e.V.

Jürgen Träger
Hansastraße 23
57439 Attendorn
Tel. Nr.: 02722 / 4451
TaeKwonDo-Dojang @t-online.de
www.tkd-dojang-attendorn.de

ITF Chang Hun Taekwon-Do
Taekwon Do Dojang e.V
Kampfkunst aus Korea
Attendorn



Konditionstraining

Beweglichkeit, Schnelligkeit,
Ausdauer, Kraft, Koordination

Selbstverteidigung

Graduierungsprüfungen

Kampfkunst Lehrgänge

Was ist Tae Kwon - Do ?

태권도

Taekwon- Do heißt frei übersetzt:
„**Die Kunst des Fuß- und Handkampfes**“
und steht für:

- Tae** - Fuß = Springen, Stoßen, Schlagen
mit dem Fuß
Kwon - Faust = Schlagen, Stoßen mit der
Hand oder Faust
Do - Weg = der Weg, der geistige Inhalt,
die Lehre

Taekwon- Do setzt sich aus folgenden
verschiedenen Bereichen zusammen:

Dassoo Dallyon	Aufbautraining
Gibon Yonsup	Grundschule
Tul	Übungsform
Matsogi	Partnerübung / Partnerkampf
Hosinsul	Selbstverteidigung
Gyok Pa	Bruchtest
Ilon	Theorie
Tedo	Verhalten / Benehmen



Taekwon- Do verbessert nicht nur die
körperlichen Eigenschaften, wie z.B.
Beweglichkeit, Kraft,
Ausdauer und Koordination.
Es sollte auch die positive Persönlichkeit
herangebildet werden.
Hierbei sollten folgende
Charaktereigenschaften (Tugenden)
ausgeprägt werden:
**Höflichkeit, Rechtschaffenheit,
Selbstdisziplin,
Durchhaltevermögen und Mut.**
Diese 5 Eigenschaften und die Theorie geben
dem Weg „Do“ Inhalt und Sinn.



Die Vielseitigkeit des Taekwon- Do bietet vom
Breitensport bis zum **Wettkampfsport** für
jeden Interessierten etwas.
Jede Altersgruppe kann Taekwon- Do erlernen
und den Schwerpunkt der Ausbildung den
persönlichen Zielsetzungen entsprechend
ausrichten.
Während der Breitensportler seinen
allgemeinen körperlichen Zustand verbessern
möchte, wollen die Wettkampfsportler bei
Meisterschaften ihr Können unter Beweis
stellen.

Taekwon- Do

Die Ursprünge des Taekwon- Do lassen sich in
Korea bis in das 1. Jahrhundert vor Chr.
zurückverfolgen. Während der drei
Königreiche **Silla, Koguryo** und **Baek Je**
erfreuten sich verschiedene Arten des
Faustkampfes **Soo Bak Gi** und des Fußkampfes
Taek Kyon großer Beliebtheit.
Durch die militärische Elitetruppe **Hwa Rang
Do** wurden diese kriegerischen Künste zu neuer
Blüte geführt und schließlich zur nationalen
Kriegskunst erklärt (Silla- Dynastie, 668- 935
n. Chr.). Später gerieten
Taek Kyon und Soo Bak Gi immer mehr in
Vergessenheit und wurden während der
japanischen Besatzung Koreas (1909 - 1945)
sogar verboten.



Als nach der Befreiung des Landes im Jahr
1946 die neue koreanische Armee gegründet
wurde, begann ein junger Oberstleutnant
namens **Choi Hong Hi**, aus den ihm bekannten
Kampfkünsten ein neues System zu schaffen.
Die Entwicklungsphase dauerte nahezu neun
Jahre. **Am 11. April 1955 wurde der neuen
Kampfkunst der Name Taekwon –Do
gegeben.** Im Oktober 1965 wurde Taekwon-
Do erstmals in Deutschland vorgestellt.
Der **Taekwon Do Dojang e.V.** Attendorf
bietet das Original **Chang Hun Taekwon- Do**
seit 1978 an.