

# Taekwondo

Taekwondo ist eine verhältnismässig junge Koreanische Kampfsportart. Unter diesem anerkannten Namen wurde am 11. April 1955 die Alten Koreanischen Kampfsysteme Zusammengefasst.

Der koreanische General und Botschafter Choi Hong Hi, geboren 1918, gilt als Begründer des modernen Taekwondo, das er in seinem bemerkenswerten Buch "Taekwondo, die koreanische Kunst der Selbstverteidigung", 1965, systematisiert hat.

Direkter Vorläufer des Taekwondo ist die alte koreanische Kampfkunst Taekyon, die General Choi Hong Hi ergänzt hat, durch die Kenntnis anderer Kampfkünste und durch eigene Ideen.

1965 wurde Taekwondo in der Bundesrepublik vorgestellt, und am 22. März 1966 folgte die Gründung der Internationalen Taekwondo Föderation (ITF) in Korea und einigen westlichen Ländern.

Frei übersetzt bedeutet Taekwondo "Kunst des Hand- und Fusskampfes":

## Tae

-

springen, stossen, schlagen mit dem Fuss

## Kwon

-

stossen, schlagen mit der Hand und der Faust

### **Do**

-

heisst wörtlich "Weg" und bezeichnet den geistigen Hintergrund dieses Sportes, insbesondere die fünf

### **Höflichkeit, Rechtschaffenheit, Ausdauer, Selbstbeherrschung und Mut**

Taekwondo hat nichts mit irgendwelchen übermenschlichen Kräften zu tun. Seine Durchschlagskraft beruht auf der Ausbildung des menschlichen Körpers auf wissenschaftlicher Grundlage und hat das Ziel, ein Höchstmass an Gewandtheit, Schnelligkeit, und Kraft zu erreichen. Der Weg dahin führt über hartes, für Europäer zunächst ungewohntes, geistiges und körperliches Training, bei dem es auf Disziplin, Ausdauer, Durchhaltevermögen und Fleiss ankommt.

Dem Taekwondo liegt eine Philosophie zugrunde, die diesem Sport einen tieferen Sinn gibt. In Europa steht das mehr im Hintergrund; jedoch wird nur derjenige taekwondo beherrschen können, der echtes Interesse an dem Sport selbst gewinnt und nicht nur andere damit "umhauen" will.

Gerade dieser Aspekt führte in der Vergangenheit zu mehreren Kampfsport-Modewellen.

Taekwondo ist ein solides, vielschichtiges sowie inzwischen gut etabliertes und organisiertes Kampfsystem. Es existieren in der ganzen Welt Verbände und Clubs, die diesen Sport weitgehend einheitlich betreiben. Bei den Olympischen Spielen in Seoul 1988 und vier Jahre später in Barcelona war Taekwondo Vorführdisziplin, und bei Olympia 2000 in Sydney war Taekwondo als einzige asiatische Kampfsportart neben Judo offiziell im Programm und in der Medaillenwertung.

Es gibt heuteumfangreiche Literatur über alle Bereiche dieses vielseitigen Sportes, derauch häufig an öffentlichen Schulen gelehrt wird.

Das moderne Taekwondo gründet auf der Jahrtausende alten Tradition koreanischer Kampfsysteme und gleichzeitig auf neueste zum Teil wissenschaftlich-medizinische Erkenntnisse jüngster Zeit.

Taekwondo ist kein starres System, das sich seit seinem Entstehen unverändert erhalten hat, sondern es wird ständig modifiziert, verändert und neuen sportlichen Erfahrungen angepasst. Der Sport lebt von aktiven Sportlern, die ständig bemüht sind, für sich persönlich den Weg zu finden und so befindet sich auch das Taekwondo auf einem Weg der Weiterentwicklung.

Taekwondo wird sowohl als Leistungssport, als Wettkampfsport als Breitensport oder als Selbstverteidigung betrieben. Hier muss jeder selbst den passenden Club und Trainer für sich finden.

Das bedeutet nicht, dass grundsätzlich gültige Prinzipien, die überliefert sind, umgestossen werden. Der moderne Taekwondo-Kampfstil kann nur bestehen, wenn er gegründet ist auf das Erlernen und Verstehen des wissenschaftlichen Systems Taekwondo und seine Übungsformen.

Dieser Text ist ein Auszug aus dem Buch "Taekwon-Do, Moderner Kampfsport" von Wilfried Peters.

