

## **Koreareise 2018**

Nach knapp einem Jahr großer Vorfreude auf diese einmalige Reise, starteten 2 Schüler (Amelie Bengesser und Matthias Gruber) von Toleu-Taekwondo, sowie Alexandra Bengesser, am Freitag, den 27. April zu einer fast eineinhalbwöchigen Korea-Reise. Am Plan stand eine Kultur- und Taekwondo-Reise (über 1600 km quer durch Korea) gemeinsam mit 3 Großmeistern aus Österreich, Deutschland und der Schweiz. Die Lokale Planung und Organisation wurde vom ITF-Taekwondo Hauptquartier in Korea, von der Centerleitung durch Großmeister Zibby Kruk und Präsident Großmeister C.J. Oh, durchgeführt und führte von der modernen pulsierenden Hauptstadt Seoul tief ins Landes Innere bis ganz in den Süden.

Die Reise war eine Tul-Tour (Tul im ITF ist vergleichbar mit unseren Hyongs) und wir besuchten eine Vielzahl an historischen Stätten, die mit Ereignissen und Personen aus der Geschichte Koreas und der Geschichte der Hyongs eng verknüpft sind.

### **Tag 1:**

Nach einem typisch koreanischen Frühstück im Hotel (ohne Kaffee, dafür mit Suppe und Kimchi) trafen wir uns beim Deoksugung Palast in Seoul wo wir nach einer Palastbesichtigung der Wachablöse-Zeremonie beiwohnen konnten.

Einige Teilnehmer unserer Tour durften sogar in traditionellen Kostümen an der Zeremonie aktiv teilnehmen.

Den Nachmittag verbrachten wir nach einer Busfahrt zum Neugsa Tempel, wo wir ein Taekwondo-Training im Tempel absolvierten. Dieses wurde der Ge Baek-Hyong (12. Hyong) gewidmet, die mit dem Tempel in Verbindung steht. Im Anschluss fuhren wir weiter nach Sejong-City in das ITF-Hauptquartier in Korea, wo wir eine weitere Trainingseinheit hatten und mit einem wunderbaren Welcome-Dinner verwöhnt wurden.

### **Tag 2:**

Nach einem weiteren Training und Kup- bzw. Dan-Prüfungen im ITF Center in Sejong City, fuhren wir weiter in die Stadt Jeonju (eine Art Freilicht-Museum), die um 900 n.Chr. erbaut wurde und für lange Zeit das Zentrum der Joseon Dynastie war. Dort konnten wir viele Einheimische in traditionellen „Hanbok“ Gewändern sehen, die die pittoreske Szenerie für Spaziergänge, Fotos oder Selfies nutzten. Nach einem traditionellen Bibimbap als Abendessen ging es weiter ins Taekwondowon, die Taekwondo-Stadt inmitten der koreanischen Berge.

### **Tag 3:**

Der Tag startete mit einem typischen koreanischen Frühstück gemeinsam mit weit über tausenden Schülerinnen und Schülern, die ebenfalls im Taekwondowon einquartiert waren. Anschließend durften wir unter Anleitung von Meister Seo erfahren, wie in Korea Taekwondo trainiert wird. Ebenso durften wir eine Taekwondo-Tanz (mit Musik) erlernen und gemeinsam einstudieren, was uns sehr viel Spaß bereitete. Nach dem Mittagessen besuchten wir das Taekwondo-Museum, das an das Taekwondowon angeschlossen ist und viele interessante Ausstellungsstücke beherbergt und einen tollen (multimedialen) Überblick über die Entwicklung des Taekwondo bietet.

Nach dem Mittagessen brachen wir zu einer langen Busfahrt in den Süden des Landes, nach Haenam, auf, wo wir die Nacht in einem buddhistischen Tempel verbringen durften. Wir wurden von den Mönchen sehr freundlich empfangen und bezogen in Tempelkleidung die kargen Unterkünfte. Am Abend hatten wir eine Trainingseinheit. Im Anschluss wurden an jene Teilnehmer die nur die kurze Tul-Tour gebucht hatten die Teilnahme-Urkunden überreicht, sowie an Großmeister Winterstein die Urkunde zu seiner Prüfung zum 6. Dan ITF.

Ebenso konnten wir eine Abendmeditation mit Stella, einer Meisterin der koreanischen Meditation erfahren. Die Nacht verbrachten wir in kleinen Zimmern am Boden schlafend.

#### **Tag 4:**

Pünktlich um 4 Uhr in der Früh wurden wir zum rituellen buddhistischen Morgengebet geweckt, an dem wir im Tempel teilnehmen durften. Mit Trommeln, Gesängen und Räucherstäbchen wurde gebetet und der Morgen begrüßt. Nach dem Frühstück startete der Tag mit Training und weiteren Prüfungen. Im Anschluss wurden wir von Mönch Jeong Sunim durch die Daeheungsa Tempelanlagen geführt. Wir durchschritten das über tausend Jahre alte Tempel-Tor, das die Grenze zwischen der äußeren- und inneren Welt darstellt. Mit dem Durchschreiten löst man sich von allen materialistischen Gedanken und fokussiert sich auf sein inneres Selbst. Wir durften sogar den Friedhof mit seinen vielen Stein-Pagoden besichtigen, unter denen die sterblichen Überreste der ältesten Mönche ruhen und so auch von Mönch So San, nach dem die 23. Hyong benannt ist. Er unterstützte Admiral Yi Soon Sin (Choong Moo Hyong) bei seinem Kampf gegen die japanische Armee. Zum Abschluss unseres Aufenthaltes im Tempel, wurde unter Anwesenheit der Koreanischen Presse von ITF Präsidenten, Meister Chang Jin Oh und dem obersten Mönch des Daeheungsa Klosters ein Kooperationsvertrag unterzeichnet.

#### **Tag 5:**

Am Vormittag des fünften Tages war geplant, dass wir mit der Fähre nach Jeju-Insel fahren, wo ein Besuch beim berühmten Fist-Monument auf dem Plan stand. Doch nach der Absage der Fährgesellschaft – aufgrund des zu starken Windes wurde der Fährbetrieb eingestellt – musste die Reiseroute umdisponiert werden.

Wir besuchten an der Südküste von Korea, in der Nähe von Haenan, das Choong Moo Museum, das zu Ehren von Admiral Yi Soon Sin (Erfinder des ersten gepanzerten Schiffes) errichtet wurde. Selbstverständlich wurde vor Ort die Choong Moo Hyong (9.Hyong) gelaufen!

Als Höhepunkt der Reise gab es dort die Gürtelübergabe an alle neuen Dan-Träger, die in den letzten Tagen und Wochen ihre Prüfungen erfolgreich abgelegt hatten.

Am Nachmittag desselben Tages besuchten wir noch den Chung Jnansa Schrein in Gwangju, der zu Ehren von General Kim Deok Ryeong ( Choong Jang Hyong, 14.Hyong) errichtet wurde, der, wie ein Heiliger verehrt wird. Die Nacht verbrachten wir abermals im Taekwondowon in den Bergen.

#### **Tag 6:**

Nach dem Frühstück hatten wir eine intensive Trainingseinheit im Taekwondowon mit den Großmeistern, wo in Kleingruppen unterschiedliche Hyongs intensiv geübt wurden. Im direkten Anschluss daran besuchten wir eine Vorführung des koreanischen Taekwondo-Demo-Teams die in der großen Arena im Taekwondowon stattfand. Nach dem Mittagessen fuhren wir weiter zu jenem Ort, an dem General Kim Yoo Sin (13. Hyong) geboren wurde. Auf dem weitläufigen Areal war genügend Platz für eine weitere Trainingseinheit im Freien. Dann ging es zurück nach Sejong City ins Lotte Hotel.

#### **Tag 7:**

Am Morgen des siebenten Tages unserer Tour besuchten wir den historischen Platz Pyeong Hi (auch bekannt als Eui Am – 20. Hyong) in Chungcheonbukdo. Wir besichtigten das Geburtshaus von Eui-Am, der einer der 33 Patrioten der Unabhängigkeitsbewegung des 1. März 1919. Bei der Führung über das Gelände besichtigten wir auch eine Nachbildung jener Pagode, in der die Unabhängigkeit von Korea ausgerufen wurde und auch wir riefen, genauso damals 1919, dreimal laut „Hurra“! Nach der Führung absolvierten wir bei strahlendem

Sonnenschein ein weiteres Training in Kleingruppen. Danach war noch genügend Zeit, auf dem historischen Gelände persönliche Kickfotos zu machen oder Videos zu drehen.

Nach dem Mittagessen fuhren wir wieder in das ITF Hauptquartier in Sejong City. Nach einer Kaffeejause sahen wir ein interessantes Video über die Entstehung der Koreanische Schrift „Hengul“. Nach der Rast waren wir wieder fit genug, um eine spezielle Trainingseinheit mit der Meisterin Natasa Manavaki (7. Dan ITF, WTF und Traditionelles Taekwondo) zu bekommen, in der wir spezielles Stretching und Dehnungsübungen gezeigt bekommen haben. Ebenso gab sie uns Tipps und zeigte uns Tricks zur Erlernung der Grundlagentechniken, wie sie ihr Anfängertraining gestaltet und worauf im speziellen geachtet werden soll. Zum Abschluss des Tages bekam jeder Teilnehmer ein Tul-Tour-Zertifikat bevor es ins Hotel und zum letzten gemeinsamen Abend ging.

### **Tag 8:**

Der letzte Tag der Tul-Tour führte uns von Dejong zurück nach Seoul. Schon während der Busfahrt bekamen wir von Sasha Kang einen Einblick in das Buch ihres Vaters, in dem er über Biomechanik beim Taekwondo schreibt. In Seoul besuchten wir den Do-San Park (3. Hyong) und erfuhren in einem Video weitere Informationen über Ahn Chang Ho, die Unabhängigkeitsbewegung und das Leben von Do-San in den USA.

Den Nachmittag verbrachten wir im Ahn Joong Geun Museum, wo das berühmte Attentat auf den japanischen Generalkonsul nachgestellt ist und viele Details zu diesem Ereignis zu sehen sind.

Diese Station bildete auch den Abschluss unserer Tul-Tour. Alle Mitreisenden wurden zum Ausgangspunkt der Reise, dem Königspalast gebracht, wo wir uns voneinander verabschiedeten.

Wir verbrachten noch einen weiteren Tag in Seoul mit Sightseeing und Shopping, ehe wir am Dienstag, den 8. Mai nach fast 20 Stunden Reisezeit wieder wohlbehalten in Wien landeten.

*Amelie, Alexandra und Matthias*