

Moin Moin

WOCHENZEITUNG

Südtondern • Nr. 30 • Mittwoch, 27. Juli 2022 • Tel.: 0461 588-0 • Kleinanzeigen 0461 58 88 • Fax 0461 588-9190 • www.moinmoin.de

Erfolgreiche Filmwerkstatt

Leck (wd) – Passend zum Start der Sommerferien organisierte die Volkshochschule Leck gemeinsam mit mehreren Bündnispartnern eine Filmwerkstatt für interessierte Schülerinnen und Schüler.

Seite 2

Event-Sommer startet in Dagebüll

Dagebüll (hb) – In den kommenden Wochen ist in Dagebüll richtig was los. Gestartet wird am Sonntag mit einem Molenfest. Es folgen Markttagveranstaltungen und ein großes Muschel-fest.

Sonderseite

Kostenlos surfen in der Innenstadt

Niebüll (mm) – Besucher der Niebüller Innenstadt können ab sofort flächen-deckend über öffentliches und kosten-loses W-LAN verfügen. Ein Vorschlag aus der Politik wurde jetzt technisch umgesetzt.

Sonderseite



Beim Taekwondo Training mit Meister Philipp Katt-lun (vorne links) ist höchste Konzentration gefordert.
Foto: Barkmann

Die Deeskalation fest im Blick

Niebüll (hb) – Taekwondo, das Wort oder den Namen dieser Sportart hat sicher jeder schon einmal gehört. Doch, was ist Taekwondo eigentlich? Das ist die Frage, die sich unweigerlich stellt, wenn von der koreanischen Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung gesprochen wird. Im Verband „Taekwon-Do und Selbstverteidigung Nord e.V.“ (TSN e.V.), der in Südtondern mittlerweile an verschiedenen Standorten vertreten ist, wird den Schülern gelehrt, wie sie sich und ihre Mitmenschen effektiv vor Gewalt und Schaden schützen können. Dabei wird großen Wert auf das Erlernen von deeskalierenden Maßnahmen gesetzt.

Mehr dazu auf Seite 3

Taekwondo – höchste Kunst der Selbstverteidigung

Unsere Titelgeschichte

Niebüll (hb) – Taekwondo, das Wort oder den Namen dieser Sportart hat sicher jeder schon mal gehört. Doch, was ist Taekwondo eigentlich? Das ist die Frage, die man sich unweigerlich stellt, wenn man von der koreanischen Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung hört. Die drei Silben des Wortes stehen für: Tae = Fuß, Kwon = Faust, Do = geistiger Weg. Im Verband „Taekwondo und Selbstverteidigung Nord e.V.“ (TSN e.V.), der hier im Norden mittlerweile an fünf Standorten in Leck, Niebüll, Galmsbüll, Wimmersbüll und Flensburg vertreten ist, wird den Schüler*innen gelehrt, wie sie sich und ihre Mitmenschen effektiv vor Gewalt und Schaden schützen können. Eine besondere Stellung kommt dabei dem Bereich der Selbstverteidigung zu. Diese Disziplin bereitet darauf vor, sich beispielsweise gegen Würge- und Klammergriffe, Faustschläge, alkoholgeschwängerte Schwinger in der Disco, stumpfe und scharfe Waffen und weitere Angriffe zur Wehr zu setzen. Im Vorfeld wird sehr großer Wert auf das Erlernen von deeskalierenden Maßnahmen gesetzt. Denn auch wenn die Trainingsinhalte die Trainierenden dazu befähigen, sich gegen oft sogar stärkere Angreifer zu behaupten, bedeutet das nicht, unbesiegbar zu sein. Gerade in einer Notwehrsituation können unglaublich viele



Vincent Strak und Jonas Griesbach simulieren die Abwehr (v. li.).

Foto: Barkmann

Faktoren mit reinspielen, die im Worst-Case dafür sorgen, dass die angegriffene Person selbst auf der Anklagebank sitzt. Wer sich wirklich mehr Sicherheit in der Gesellschaft wünscht, misst seinen Erfolg nicht daran, wie viele Kämpfe er für sich entschieden hat, sondern daran, wie viele Konflikte er deeskaliert hat, bevor es zu gewalttätigen Handlungen kam.

Werte und Moral

„Neben unseren kampsportlichen Disziplinen ist auch die Vermittlung von moralischen Grundsätzen, wie Höflichkeit, Disziplin, Loyalität, Integrität und Hilfsbereitschaft elementarer Bestandteil der Ausbildung. Die Vermittlung dieser Grundsätze und Werte wird regelmäßig in das Training mit eingeflochten da sie ein

essentieller Teil unseres Eides sind und in unseren Augen dazu führen, friedlicher und respektvoller miteinander umzugehen“, erklärt Meister Philipp Kattlun. Diese Geisteshaltung wird durch die Vermittlung von bestimmten Werten erreicht, die die Verantwortlichen Trainer des TSN als besonders wichtig und friedensstiftend erachten. So wird von den Schüler*innen erwartet, dass sie sich bemühen, der Gesellschaft einen Mehrwert zu stiften. Dies treiben sie u.a. dadurch voran, dass sie die fünf Grundsätze des Taekwondos: Hilfsbereitschaft, Höflichkeit, Loyalität, Disziplin und Integrität in ihren eigenen Werte-Kanon übertragen und in der Gesellschaft ihr Handeln danach ausrichten. Zudem werden alle fortgeschrittenen Sportler*innen mindestens alle zwei Jahre in Erster-Hilfe unter-

richtet und es wird sich regelmäßig an gemeinnützigen Aktionen beteiligt. Dazu gehören zum Beispiel Spendenläufe für diverse Zwecke oder auch Müllsammelaktionen. Meist ist einmal die Woche Training. Nähere Informationen zu den Trainingsinhalten und Trainingszeiten in den verschiedenen Schulen findet man bequem unter www.tsn-taekwondo.de. „Wir freuen uns über jeden Interessierten“, so Phillip Kattlun. „Kinder ab einem Alter von 6 Jahren sind willkommen, dazu natürlich alle Jugendlichen und Erwachsene jeden Alters“, fügt er hinzu. Wer einmal einen kleinen Einblick in diesen schönen Sport erhalten möchte, kann das Demo Team des TSN e.V. sowohl am 20. August beim Sommerfest in Galmsbüll als auch am 27. August beim Kreissporttag in Bredstedt erleben.