

Seminarium med grundaren av Taekwon-Do

Gen. Choi Hong Hi, IX Dan

1-3 oktober 1999 i Zakopane, Polen



Gen. Choi Hong Hi och Swavek Dydiszko under seminariet i Polen.

Seminariet i Zakopane, Polen med grundaren av Taekwon-Do, Gen. Choi Hong Hi var utan tvekan en historisk händelse för Taekwon-Do i Europa. Under tre dagar undervisade den drygt 80 årige Gen. Choi alla deltagare från Polen, Belgien och Sverige vad Taekwon-Do är. Bland annat förklarade han för första gången i historien med detaljer utförande av alla 24 mönster från Chon Ji Tul till Tong Il Tul. I samband med den officiella graderingen i slutet av seminariet gradeades Swavek Dydiszko från Skövde till graden V Dan med personlig uppskattning från själva grundaren för en utmärkt teknik.



"...Polish Taekwon-Do is on the top in Europe..." poängterade Gen. Choi Hong Hi vid många tillfällen under seminariet och Tadeusz Loboda som är president för den polska organisationen uppskattades mycket i Stormästarens avslutningstal. I seminariet deltog ca 60 deltagare från länderna Polen, Belgien och Sverige. Seminariet i Polen var som vanligt mycket bra arrangerat. Alla deltagare bodde i ett bra hotell med helpension och mycket närliggande träningslokal till ett mänskligt pris.



"Studera teorin om kraft mycket noggrant."

Gen. Choi Hong Hi



Swavek demonstrerar ett av Taekwon-Do's mönster för Stormästaren.

"Du måste veta exakt syfte och sätt för utförandet av tekniker."

Gen. Choi Hong Hi



Gen. Choi Hong Hi tillsammans med assisterande instruktören under seminariet Kim Yong Su, VI Dan.



Stormästaren Choi förklarar med Swaveks hjälp syftet och utförandet av en slagteknik.

"Vid utförandet av teknik samspela ögon, händer, fötter, och andning i en enda rörelse. "

Gen. Choi Hong Hi



Även minsta detalj är viktig för att utföra en effektiv teknik.

"Välj rätt teknik för varje attackerat mål ."

Gen. Choi Hong Hi



Gen. Choi Hong Hi undervisade trots sin höga ålder obehindrat 6 timmar om dagen under hela seminariet.



Gen. Choi förklarar utförandet av tekniken, Sang Sewo Jirugi.

"Utförda attack- eller försvarstekniker måste ha rätt distans och vinkel ."

Gen. Choi Hong Hi



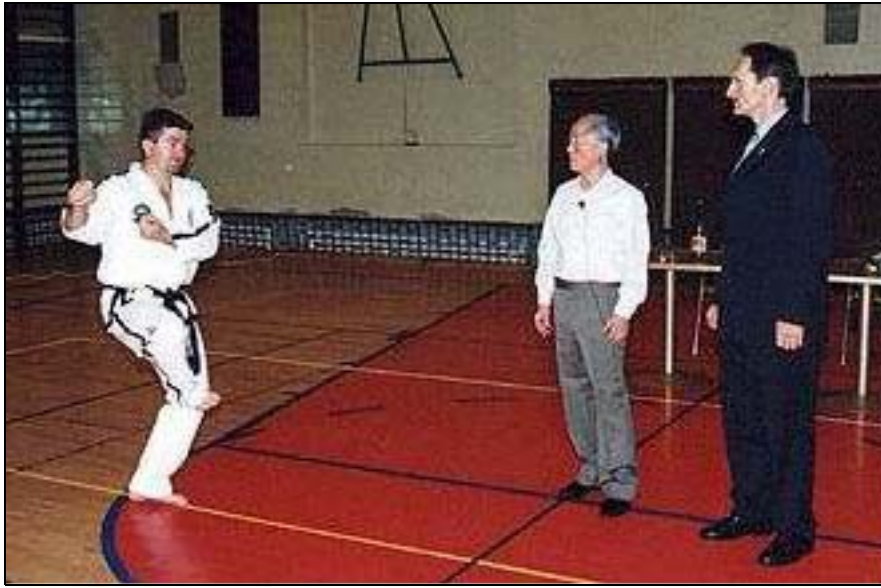
Gen. Choi demonstrerar syftet med sparken Bituro Chagi.



Gen. Choi hjälper Swavek med de rätta vinklarna.

"Håll armar och ben lätt böjda när teknik är i rörelse."

Gen. Choi Hong Hi



Swavek demonstrerar inledningsskedet till en grundspark för Gen. Choi.

"Utändas kort vid utförande av tekniker med undantag vid sammankopplade rörelser (connecting motion)."

Gen. Choi Hong Hi



Gen. Choi Hong Hi var mycket noga med utförandet av alla tekniker.

"Alla tekniker, med några undantag, måste inledas med en motsatt rörelse. Om tekniken redan är i rörelse skall den inte stoppas innan den når målet."

Gen. Choi Hong Hi



Gruppträning under seminariet. Swavek står tredje från höger i första raden.



Sex faldige Europamästaren, förre VM 2:an, aktuell VM 3:a i mönster Jarek Suska från Polen tillsammans med Swavek under en mönster träning.

"Utför tekniker med kroppens vågrörelse genom att ordentligt utnyttja knäts fjädring."

Gen. Choi Hong Hi



Gen. Choi Hong Hi demonstrerar tillsammans med Swavek principerna för "vågrörelsen".



Swavek fick en fantastisk möjlighet att få hjälp med sina tekniker direkt från källan.



Seminariets deltagare tillsammans med Gen. Choi.



Gen. Choi under en promenad i turiststaden Zakopane.



Efter seminariet. Stående från vänster: Andrzej Kozlowski - en av de första svartbältena i Polen, Kim Yong Su - högsta instruktör i Polen och Swavek Dydiszko.