

+++ TRAMPOLIN +++ KANU +++ BOCCIA +++ TAEKWONDO +++ HOCKEY +++ VOLLEYBALL +++ KUNSTRAD +++ KARATE +++



Kampfkunst Haidong Gumdo

Haidong WAS? - Haidong Gumdo heißt die koreanische Schwertkampfkunst, deren Wurzeln bis in das Jahr 320 nach Christus reichen. In Deutschland gibt es diese exotische Sportart erst seit dem Ende der 90er Jahre und seit 2008 in Bad Kreuznach. Der Name ist ein neuzeitlicher Begriff und bedeutet wörtlich übersetzt „der Weg des Schwertes über der aufgehenden Sonne des östlichen Meeres“ oder einfach übersetzt „der koreanische Weg des Schwertes“.

Die Ursprünge des Haidong Gumdo gehen auf die so genannten „Samurang“ der koreanischen Halbinsel zurück. Den japanischen Samurai-Kriegern ähnlich, waren sie Spezialisten im Umgang mit dem Schwert und trainierten den Schwertkampf mit viel Geduld und Fleiß. „Die häufigen Kriege der damaligen Epoche führten zu einem ausgeprägten nationalen Bewusstsein und der Tradition, verschiedene Tugenden zu verinnerlichen. Dazu gehörten unter anderem Loyalität, Höflichkeit gegenüber Anderen und besonders eine den Eltern zugedachte Hochachtung. Aber auch Redlichkeit und ein allgemein als vorbildlich geführtes Leben waren weitere Aspekte, die die Samurang ausmachten“, weiß Stephan Schöber vom Kampfkunstverein Cheong Do zu berichten. Er selbst kam eher zufällig auf die ausgefallene Kampfsportart. „Bereits seit vielen Jahren trainierte ich Taekwondo und hatte schon immer eine große Affinität zum Mittelalter und zum



^ Die Sportlerinnen und Sportler der Kampfkunst Haidong Gumdo trainieren unter dem Dach des Kampfkunstvereins Cheong Do e.V. in Bad Kreuznach. Durch Seminare, die von internationalen Meistern erteilt werden, und hartes Training konnten schon zahlreiche Titel bis hin zu einem dritten Platz bei Weltmeisterschaften durch Stephan Schöber (li. sitzend) errungen werden. Landrat Diel (Mitte) gratulierte zu den Erfolgen bei der letzten Europameisterschaft.

Schwertkampf“, beschreibt der Vereinsvorsitzende seinen Weg zur außergewöhnlichen Sportart. Der erste Kontakt erfolgte dann durch seinen damaligen Taekwondo-Meister, der ihn mit auf ein Seminar nahm, wo der Kampfsportler Haidong Gumdo kennenlernte und sofort von der Sportart fasziniert war. „Taekwondo ist extrem beinlastig. Beim Haidong Gumdo werden dagegen die oberen Extremitäten deutlich mehr gefordert und trainiert. Beides ergänzt sich somit ganz prima“, bricht Stephan Schöber eine Lanze für die exotische Sportart. Im Oktober 2008 erfolgte dann die Gründung des Kampfkunstvereins Cheong Do, und im Januar des darauffolgenden Jahres konnte das Training aufgenommen werden.

140 Mitglieder zählt der gesamte Verein heute. Ungefähr 45 Männer und Frauen betreiben Haidong Gumdo. Die Jüngsten sind knapp fünf Jahre alt, die Ältesten schon über 50. Was Interessenten auf jeden Fall mitbringen sollten, ist Interesse an einer Kampfsportart, Zeit, Spaß und ein gewisses Maß an Disziplin. „Die Sportart ist dabei für nahezu alle geeignet“, berichtet der Vereinsvorsitzende und Dan-Träger Stephan Schöber. Den Einstieg in die Sportart finden viele über das Taekwondo, wie auch der 23-jährige Tobias Otto. „Vor drei Jahren bin ich auf den Verein aufmerksam geworden, als mich ein Arbeitskollege, der wusste, dass ich mal wieder Sport machen wollte, ansprach. Nach dem Schnuppertraining habe ich mich gleich an-

gemeldet und war auch schon nach kurzer Zeit bei den ersten Turnieren dabei. Nach einem Jahr Taekwondo habe ich dann Haidong Gumdo als Ausgleich für mich entdeckt“, berichtet er heute begeistert über den außergewöhnlichen Sport. Besonders das familiäre Umfeld des Vereins hat ihn dabei von Anfang an begeistert. Ähnlich erging es der jetzigen Presseverantwortlichen des Vereins, Marion Eckart. 2011 kam sie durch ihre Kinder zum Sport. „Ich habe meine Kinder immer zum Training gefahren und hatte irgendwann einfach keine Lust mehr, in der Zwischenzeit nur die Einkäufe zu erledigen. Ich habe es mir dann einfach mal angeschaut und dabei gedacht: Das kannst du auch!“, schmunzelt sie heute bei der Erinnerung an ihren



^ Das richtig scharfe Schwert darf ausschließlich nur von volljährigen Dan-Trägern [Schwarzgürtel] verwendet werden! Stephan Schöber (li.) erreichte 2012 bei der Weltmeisterschaft in Korea den dritten Platz. Marion Eckart und Tobias Otto konnten mit ihren präzisen Techniken schon mehrere überregionale Meisterschaften für sich entscheiden.

ersten Kontakt mit der Sportart. Heute blickt sie bereits auf eine große Wettkampferfahrung und zahlreiche Medaillen und Titel bei Landes- und Europameisterschaften zurück. Einen freien Kampf im eigentlichen Sinn gibt es beim Haidong Gumdo nicht. Stattdessen wird hierbei eine einstudierte Kampfchoreographie gegen einen oder mehrere Gegner entwickelt. Zum Kampf werden Holzschwerter, Bambusschwerter oder extra dafür entworfene Kampfschwerter aus Kunststoff benutzt. Primäres Ziel des Haidong Gumdo ist also nicht der Kampf an sich, sondern die virtuose Beherrschung des Schwertes. Um die Perfektion einer Technik zu veranschaulichen, gibt es beim Haidong Gumdo mehrere Möglichkeiten, sein Können zu demonstrieren. Dabei klingen die Namen der einzelnen Disziplinen wie „Kerzenlöschen“ oder „Bambus-, Papier- und Strohschneiden“ für Außenstehende ungewöhnlich. Hinter all den Begriffen verstecken sich einzelne Techniken, die nur mit größter Präzision zum Erfolg führen. Beim Kerzenlöschen kommt es beispielsweise darauf an, durch

einen gerade ausgeführten Schlag, der kurz vor der Flamme gestoppt wird, eine oder mehrere Kerzen mit dem entstehenden Luftzug zu löschen. Das Papierschneiden kann mit dem Holzschwert oder mit einem scharfen Schwert ausgeführt werden. Dabei werden meist freihängende Papierbögen horizontal geschnitten. Beim Bambus- und Strohschneiden werden in einem Ständer befestigte Bambusstangen oder aus Reisstroh gefertigte Bündel mit einem scharfen Schwert aus verschiedenen Richtungen, meist im 45 Grad-Winkel, geschnitten. Durch den etwa fünf Zentimeter dicken Bambus wird eine knöcherne Struktur simuliert. Das Stroh Bündel hingegen repräsentiert Fleisch und Gewebe. Das Training beginnt mit dem gemeinsamen Angrüßen und dem gemeinschaftlichen, sorgfältigen Aufwärmen. Dann werden Körper und Geist auf das bevorstehende Training vorbereitet und als nächstes die Basistechniken geübt, bevor im Anschluss das individuelle Training beginnt. Dreimal pro Woche trainieren die Sportler des Kampfkunstvereins Cheong Do in mehreren Hallen in

Bad Kreuznach. „Vor Europameisterschaften und anderen Wettkämpfen auch durchaus häufiger“, beschreibt Stephan Schöber den Trainingsaufwand. Besonders stolz ist der Verein auf seine ausgezeichnete Jugendarbeit und das hohe Engagement der Sportler. „Wir führen unsere eigenen Jugendlichen schon früh an die Trainerausbildung heran und können mit ihrem ehrenamtlichen Engagement viele Trainingseinheiten anbieten. Aber auch für Projekttag mit Schulen stehen die jungen Sportler immer bereit und leisten dabei Außergewöhnliches für den Verein“, lobt Marion Eckart den eigenen Nachwuchs. Die Teilnahme an zahlreichen nationalen und internationalen Turnieren steht in den kommenden Monaten auf dem Programm. „Wir würden gerne im kommenden Jahr wieder eine eigene Landesmeisterschaft austragen“, blickt Stephan Schöber in die Zukunft. Ein Sponsor würde dabei vieles leichter machen, aber wie so oft, haben es Sportarten am Rand der allgemeinen Wahrnehmung besonders schwer, Gönner zu finden.

Was heißt Haidong Gumdo?

HAI = Meer, Sonne
DONG = Osten, die Sonnenstrahlen des Morgens
GUM = Schwert
DO = Weg, Geist

Das moderne Haidong Gumdo ist nicht mit dem japanischen Kendo [kor. Gumdo] zu vergleichen, wie schon durch die historisch unterschiedlichen Ursprünge deutlich wird. Das Kendo entwickelte sich aus der Schwertkunst der Samurai. Es basiert darauf, sich im Kampf eins zu eins zu messen. Ein Samurai hielt auf dem Schlachtfeld Ausschau nach einem angemessenen Gegner und stellte sich ihm vor. Erst dann wurden die Klingen, meist zu Pferd, gekreuzt. Die Samurang hingegen kämpften eher zu Fuß auf dem Schlachtfeld gegen mehrere Gegner mit unterschiedlichen Waffen, was sich heute im Formlauf wieder findet.