

**TAEKWONDO
CONTACT ONLINE**

Herfst 2020

Voorwoord Erik Baert

Dag beste vrienden

Het seizoen 2020-2021 is weer van start gegaan. En daar mogen we toch blij om zijn. Het zijn immers speciale tijden door het coronavirus dat maar blijft rondgaan in onze samenleving.

Mede daarom stemt het mij tevreden dat ik ondanks deze moeilijke tijden toch zoveel clubs heb zien heropstarten binnen de gekende maatregelen. Ook bij Taekwondo Vlaanderen proberen we in het nieuwe normaal toch alles er zo normaal mogelijk te laten uitzien. We organiseren tkdv-trainingen, danexamens, scheidsrechtersopleidingen, topsporttrainingen en ga zo maar verder. Tommoien horen daar helaas nog niet bij maar ook daar wordt hard over nagedacht.

Taekwondo Vlaanderen werd recent ook opgeschrikt door het vertrek van vier leden van het topsportteam. Wij hebben er alles aan gedaan om die atleten bij ons te houden en betreuen hun vertrek. Voor meer uitleg verwijst ik jullie naar de [officiële reactie](#) van Taekwondo Vlaanderen op onze website.

Ondanks deze moeilijke tijden moeten we de moed erin houden. Ik wens jullie een fijne herfst en veel leesplezier bij de herfsteditie van de Taekwondo Contact Online!

Gezonde groeten, Erik!

Taekwondo Contact Colofon

Redactie:

Taekwondo Vlaanderen.

Redactie-adres:

*Taekwondo Vlaanderen
Hendrik Van Veldekesingel
150/73*

3500 HASSELT

Tel: 011/870918

E-Mail:

leden@taekwondo.be

www.taekwondo.be

www.twitter.com/TaekwondoTV

Werken mee aan dit

nummer:

Frederik Baeten, Karel Decatelle.

Fotobijdrages: *Ivan*

Corten, Ria Laenens, Karel Decatelle.

Adverteerders:

Topsport-Hasselt

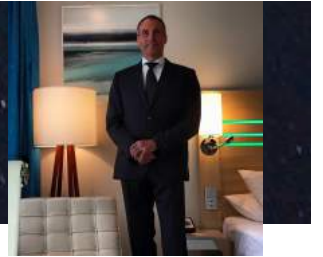
NV Arena - Brussel

*Foto's:
JPEG-formaat in hoge
resolutie (niet geplakt in
een Word of Publisher
document)*

Volgende editie:

*De volgende Taekwondo
Contact Online verschijnt in
januari 2020. Teksten zijn
welkom. De redactie
behoudt zich het recht*

*beroopt zich het recht
voor om teksten te
wijzigen, in te korten of te
weigeren.*





Djade Lespau

"Ik heb topsport zo hard gemist tijdens mijn jaar afwezigheid"



UB IN DE KIJKER JONG SAENG

2004
OPGERICHT
IN

Lees hier

Locatie: Sportzaal Heiveld, Sint-Katelijne-Waver, Antwerpen
Disciplines: Krijgskunst, Sparring, Poomsae, Hanmadol
Missie: kwaliteit boven kwantiteit en familiebeleving
Hoofdtrainer: Benny Nuyens



De vechtszenes uit Cobra Kai komen van het brein van een zesde dan taekwondo. Lees het via deze link!



Taekwondo in Zuid-Korea

Karel Debatelle over taekwondo in zijn geboorteland



Week van de scheids

Interview met Vincent, deelnemer aan de scheidsrechtersopleiding



Overleden vice president van WT beroerde taekwondoharten van over heel de de wereld

Vice president Ahmed Fouly is niet meer

DJADE LESPAN IS BACK IN BUSINESS

Nog altijd geen G-toernooien voor onze topsporters in de herfst van 2020! Maar dat betekent niet dat onze topsporters stil zitten. En dat mag zeker gezegd worden van Djade Lespau (19). Na een onderbreking van één jaar heeft de Belgisch-Nederlandse haar topsportcarrière in augustus nieuw leven ingeblazen. Een gesprek met de Hoogstratense jongedame over taekwondo, studies en toekomst



U heeft de naam van Djade Lespau ongetwijfeld al een aantal keren zien passeren in de berichtgeving over sterke prestaties op het hoogste niveau. Maar afgelopen jaar was het bijzonder stil rond Lespau. Logisch ook, Djade stopte in augustus 2019 met taekwondo, maar in augustus pikte ze de draad weer op. Dat vraagt om een woordje uitleg? Lespau: "Vorig jaar wilde ik beginnen aan een studie Rechtspraak, maar dat is niet gelukt. De studie bleek te moeilijk. Maar ook de zin in taekwondo begon al snel weer de kop op te steken. Op een bepaald moment heb ik die studie Rechtspraak stopgezet en beslist om weer voluit voor taekwondo te gaan", blikt Djade terug.

"Het prille begin"



Maar laten we beginnen met het begin. Waar kreeg Djade (spreek uit 'jaade' en zeker niet 'jeid' op z'n Engels) de smaak van het taekwondo te pakken? Djade: "Ik had als zesjarig meisje al eens gehoord van taekwondo en wilde graag aansluiten bij een club, maar bij ons in Hoogstraten was geen club. Wel een judoclub, dus daar ging ik eerst daar naartoe. Later ontdekten we dan dat er in het dorp verderop (Taekwondo De Tijgers in Rijkevorsel) wel een club was en dus sloot ik daar aan. Ik ben vrij snel begonnen met wedstrijden en toernooien. Rond mijn zestiende, ben ik beginnen trainen bij taekwondoschool Keumgang in Diest en zo kwam ik in contact met Laurence en de topsportwerking," vertelt Djade.



Met haar lengte en lange benen heeft Djade Lespau (19) een lichaam dat ideaal is voor sparring. Lespau: "Ik mag niet klagen maar resultaten behaal je toch vooral door hard werken op training en met veel inzet." En die resultaten mogen er zijn bij Djade. Na haar overstap van de junioren naar de senioren pakte ze brons op de G1 van Riga 2018 en héél knap brons op de G2 van Lommel 2019, telkens in de klasse -62. Djade: "Ik hoop snel weer met die resultaten aan te pikken. Maar door een jaar te stoppen, heb ik nu natuurlijk wat achterstand in te halen. In augustus heb ik de trainingen hervat en langzaam kom ik weer dichterbij mijn oude niveau. Maar het zal nog een tijdje duren. Daarom komt de corona mij ook niet zo slecht uit. Zoals het er nu naar uitziet, hervatten onze competities in februari 2021. Of ik er dan al volledig ga staan, weet ik niet? Ik werk alvast zo hard ik kan." Ook op studievlak heeft Djade een nieuwe uitdaging gevonden. Ze studeert nu event – en projectmanagement. Een opleiding die haar meer zou moeten liggen en ze kan combineren met topsport-taekwondo.

"Minder zware studies en combinatie met topsport moeten mij wel liggen"





GENERAAL AHMED FOULY, VICE-PRESIDENT VAN WORLD
TAEKWONDO IS OVERLEDEN

PRESIDENT CHUNGWON CHOUE: "HIJ WAS ALS EEN BROER VOOR MIJ"



De taekwondofamilie over heel de wereld is in rouw door het overlijden van vice president van World Taekwondo, de Egyptische generaal Ahmed Fouly (70). De alom gerespecteerde Fouly overleed in september aan de gevolgen van een eerder opgelopen hartaanval.

Op het hoofdkantoor van World Taekwondo kwam het nieuws bijzonder hard aan. WT-president Chungwon Choue verwoordde het verdriet. Choue: "We hebben met Generaal Fouly een groot man verloren. Sinds 2001 was hij lid van de Raad van Bestuur van WT en in 2004 heb ik hem benoemd tot vice-president. In die periode deed hij alles om de krijgskunst taekwondo en het olympische sparring naar een hoger niveau te tillen. Mede dankzij hem staat World Taekwondo als internationale sportfederatie momenteel zo hoog op de internationale sportladder."

"Dankzij de Generaal heeft het taekwondo in Afrika de voorbije vijftien jaar een enorme boost gekregen," vertelt Choue. "Hoe verklaar je anders de vijf medailles die Afrika haalde op de Olympische Spelen van RIO 2016? Meer nog, taekwondo is nu één van de populairste vechtsporten op het Afrikaanse continent en dat hebben we allemaal te danken aan de inzet van de Generaal."



“

Ook in het persoonlijk leven van WT-voorzitter Choue speelde Generaal Fouly (links op de foto) een grote rol. Choue: “Naast collega’s waren we ook goede vrienden. Ik kon bij hem altijd terecht voor vragen, problemen, twijfels. Of het nu werkgerelateerd of privé was, bij Ahmed kon ik het kwijt. Ik noemde hem soms mijn broer. Dat zegt voldoende. We zullen hem nooit vergeten.”

Taekwondo Vlaanderen wenst de leden van World Taekwondo en de familie van Generaal Fouly veel sterkte in het verwerken van dit enorme verlies.



Luchtvaan
3500 Has
Tel.: 011/

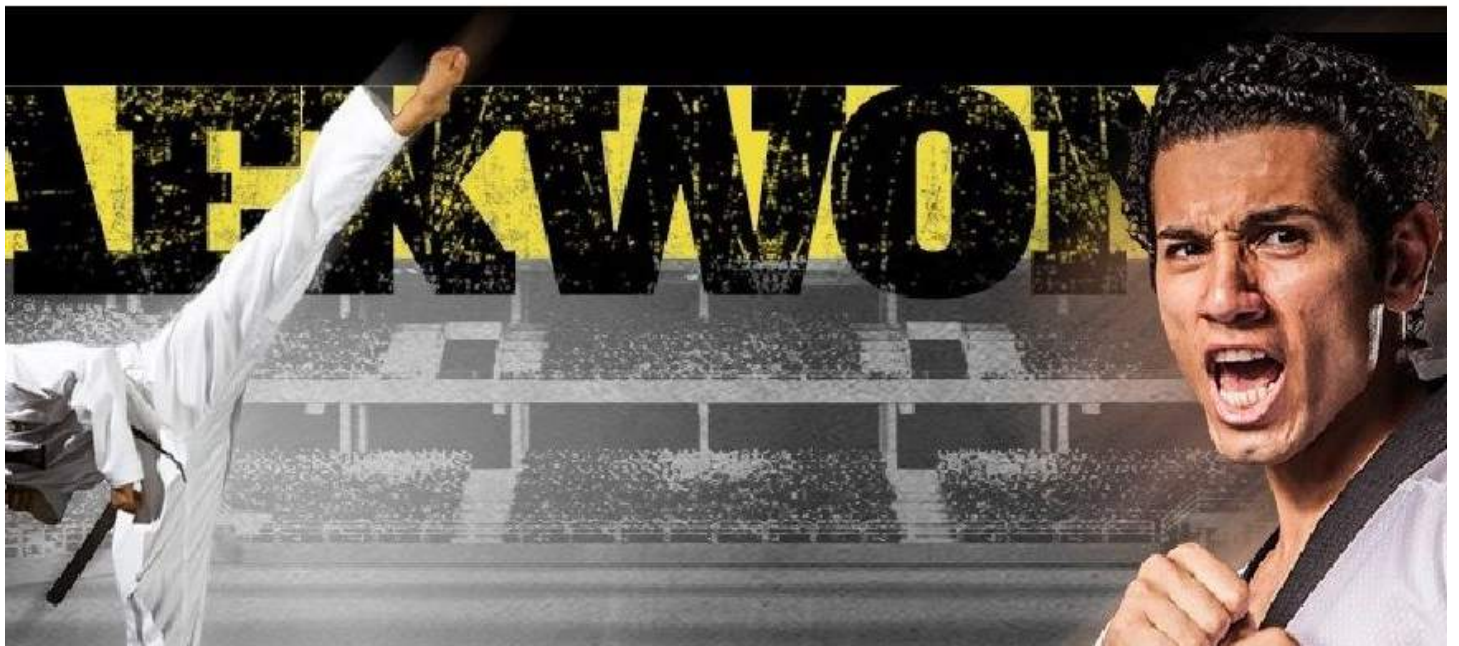
op-sport.be

ortartikelen - fitnessapparatuur - sp



**KV
TOUC**

GNIZED





TAEKWONDO VLAANDEREN TRAININGEN OOK IN CORONATIJDEN GAAN WE DOOR!

Taekwondo Vlaanderen Trainingen tijdens corona

U leest het goed! Onze tkdv-trainingen gaan door. Uiteraard coronaproof! Op zondag 18/10/2020 worden er op de Taekwondo Vlaanderen training maar liefst drie disciplines aangeboden (hosinsul, sparring en poomsae) en zal er gewerkt worden in vijf verschillende bubbels. Voor elke groep gelden er specifieke voorwaarden. Wij lijsten het even voor u op:

HOSINSUL

Verplicht inschrijven met partner uit eigen trainingsbubbel. Tijdens de training mag er niet gewisseld worden van partner. In deze groep is er nog maar plaats voor één paar mensen.

SPARRING GROEP A (-12-jarigen)

We moedigen jullie aan in te schrijven voor deze groep! Er is nog heel wat plaats over.

SPARRING GROEP B (+12)

Verplicht inschrijven met partner uit eigen trainingsbubbel. Tijdens de training mag er niet gewisseld worden van partner.

POOMSAE GROEP A

Enkel taegeuk 1 tem. 8 zullen aan bod komen

POOMSAE GROEP B

Enkel poomsae 9 tem. 16 zullen aan bod komen.

Aangezien er in elke groep max. 20 taekwondo'ï'n mogen deelnemen is snel inschrijven de boodschap!

Klik [hier](#) om de coronamaatregelen ter plekke te bekijken.

Cobra Kai op Netflix! Kijken of niet?

'Cobra Kai op Netflix. Bekijk dat eens want dat gaat over vechtsport en is interessant.' Exact die opmerking kregen wij te horen van verschillende liefhebbers van series en Netflix. Ok, zo gezegd, zo gedaan! Wij bekeken Cobra Kai op Netflix. En ja, wij horen u nu al denken, dat gaat toch over karate? Moet dat in een taekwondomagazine? Maar de regisseur van de actiescenes van Cobra Kai is een taekwondomeester met een zesde dan! Mogen we er nu een stuk over schrijven? Ja toch, he? Al is het maar om u te vertellen of het de serie kijkwaardig is of niet!

Wist u trouwens dat de film Karate Kid, waarop de serie Cobra Kai gebaseerd is, meer heeft gedaan voor de populariteit van vechtsportclubs dan eender welke film of reclamecampagne ooit? Niet alleen karateclubs, maar ook de ledenaantallen van Kung Fu, Ju-Juitsi en ja ook taekwondoclubs kregen begin jaren 90 een grote boost door de Karate Kid-films. De vervolgfيلمs waren ook nog succesvol, maar de remake van de film uit 2002, deed het al minder goed aan de kassa. Werkelijk niemand die dus dacht dat er anno 2020 nog een serie zou gemaakt worden, die voortborduurde op de allereerste Karate Kid. Maar toch, het gebeurde. En het succes is overweldigend! Cobra Kai scheerde bij zijn release in augustus meteen hoge toppen. Wekenlang was het de best bekeken reeks op Netflix. Ook nu nog haalt het overal de top-10 van Netflix kijkcijfers en ondertussen is er al een derde én een vierde seizoen van Cobra Kai op komst.

Bingewatch

Wij bingewatchen (lees: de volledige twee reeksen in sneltempo bekijken in een paar dagen) Cobra Kai en waren geamuseerd. Verwacht geen hoogstaande serie genre Game Of Thrones of Ozark maar wel leuk ontspannend vertier dat je perfect samen met je kinderen of vrienden kan bekijken. De serie pikt de draad op meer dan 30 jaar na The Karate Kid in 1984 en concentreert zich op de rivaliteit tussen Danny La Russo en Johnny Lawrence, de twee hoofdrolspelers uit de originele film. Met dit groot verschil: in de originele film werd Lawrence neergezet als de grote slechterik en in Cobra Kai is hij plots het sympathieke hoofdpersonage geworden. Zijn leven ligt in puin en staat in schril contrast met dat van Danny La Russo, die het helemaal gemaakt heeft. Beiden openen ze een karateclub en de rivaliteit tussen de meesters laait al snel weer hoog op. Naast dat verhaal ontspint zich ook een leuke verhaallijn met in de hoofdrollen de kinderen van de twee karatehelden met typische tienerproblemen van de jeugd van tegenwoordig.

De vechtsport

De vechtszenes uit Cobra Kai komen uit het hoofd van Taekwondo Grootmeester Simon Rhee. Als er in een Hollywoodfilm gevochten moet worden, kloppen ze bij Rhee aan. Samen met zijn team maakte hij de vechtszenes van Cobra Kai flashy en flitsend maar uiteraard niet zo geloofwaardig voor de kenners van vechtsport.



Conclusie: leuk serietje en fijn om te volgen met een zak popcorn in de hand. Maar meer ook niet. Dat is onze mening. Oordeelt u vooral zelf. Hiernaast de trailer als voorsmaakje.



WEEK VAN DE SCHEIDSRECHTER

INTERVIEW MET VINCENT FESTAETS, DEELNEMER AAN DE KYORUGI- SCHEIDSRECHTERS CURSUS

De eerste week van oktober staat in de Vlaamse sportwereld gekend als de week van de scheidsrechter. Een week waarin we onze scheidsrechters maar wat graag bewieroken. Want ook in onze sport geldt, zonder scheidsrechter, geen competitie. Wat leuker in de week van de scheidsrechter dan eens te horen bij de scheidsrechters van morgen? Daarom belden we een deelnemer van de scheidsrechterscursus op. Dat werd de 16-jarige Vincent Festraets van de club Chingu Alken.

Dag Vincent, hoe was het allereerste luik van de scheidsrechtersopleiding meegevallen?

Vincent: "Heel goed. Behoorlijk vermoeiend. We hebben een pak theorie te verwerken gekregen over de regels van sparring en de rol van de scheidsrechter. De uitleg was grondig en ook duidelijk gegeven. Het praktische luik volgt in de toekomst, veronderstel ik?"

We spelen de vraag door aan Nele Schouterden van Taekwondo Vlaanderen. Nele?

"Dat klopt. We willen onze kandidaat-scheidsrechters niet meteen overladen met teveel informatie. Vandaar dat we de opleiding opsplitsen. De praktijksessies worden immers ook een hele boterham met daarin de toepassing van de regels, de handsignalen, positionering op het veld... In een laatste fase willen we de refs leren om een volledig veld te managen. Een hele boterham inderdaad en daarom werken we toe naar een goed omschreven stappenplan van de scheidsrechtersopleiding."

Terug naar Vincent. Van waar kwam jou interesse om deel te nemen?

"Op de club had mijn hoofdtrainer Michael Thoelen een deelname aan de scheidsrechterscursus al eens aangebracht voor het afgroeten. Ik dacht meteen, waarom niet? Op vlak van sparring, kan ik immers nog veel leren omdat ik meer een man van de Poomsae ben. Maar ik wil een complete taekwondoin worden, dus vond ik het een goed idee om mij in te schrijven voor deze cursus."

Welke ambities koester je nog voor de toekomst?

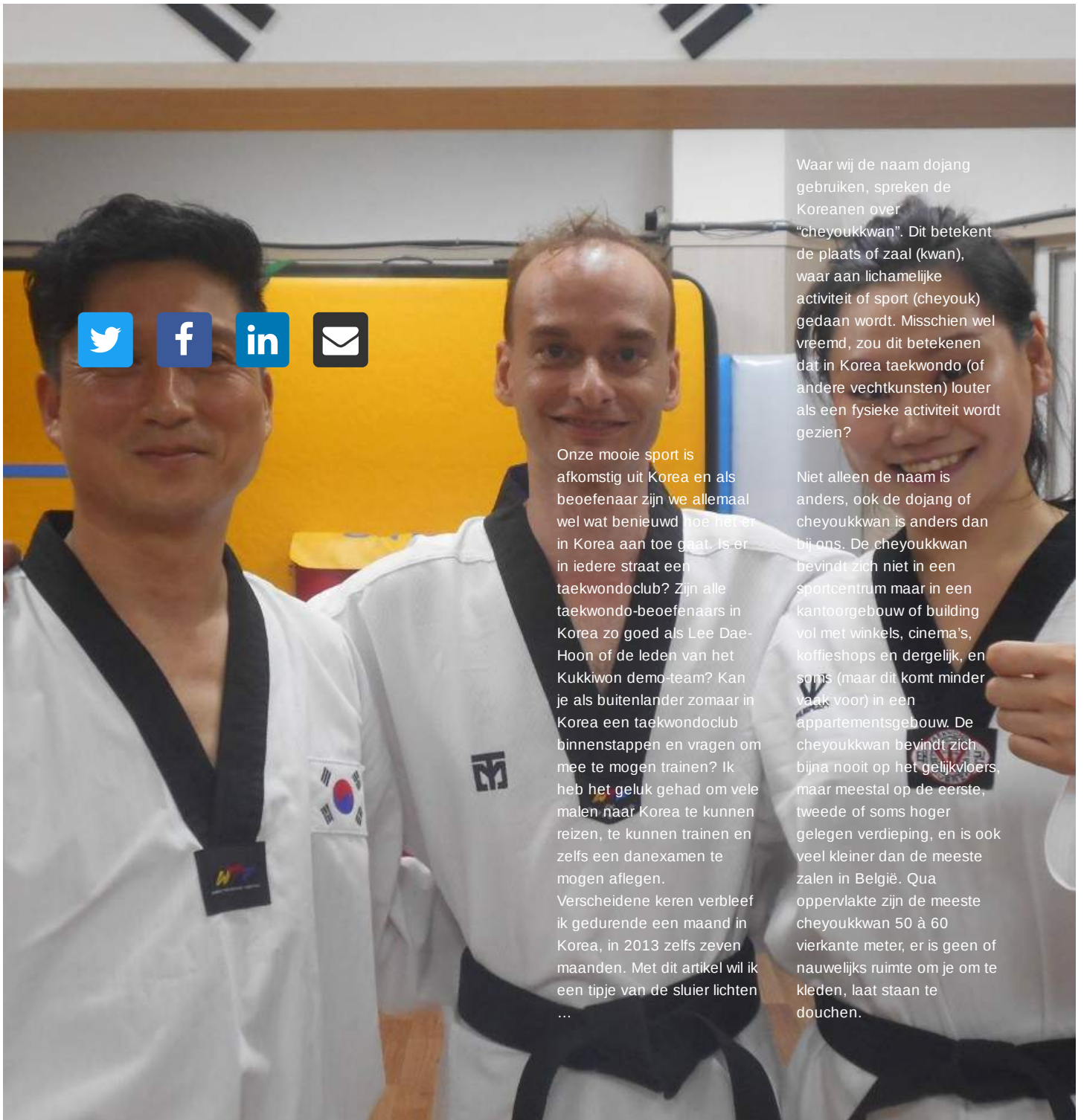
"Sowieso mijn zwarte band halen. Nu heb ik vierde kup. En als het kan weer snel deelnemen aan Poomsae-toernooien. Op vlak van sparring, weet ik het nog niet echt. Wie weet word ik op een dag wel scheidsrechter? Alles kan."

Bedankt voor het interview!!!



HOE GAAT HET ER NU ECHT AAN TOE IN ZUID-KOREA

Karel Decatelle over taekwondo in Zuid- Korea



Waar wij de naam dojang gebruiken, spreken de Koreanen over "cheyoukkwan". Dit betekent de plaats of zaal (kwan), waar aan lichamelijke activiteit of sport (cheyouk) gedaan wordt. Misschien wel vreemd, zou dit betekenen dat in Korea taekwondo (of andere vechtkunsten) louter als een fysieke activiteit wordt gezien?

Onze mooie sport is afkomstig uit Korea en als beoefenaar zijn we allemaal wel wat benieuwd hoe het er in Korea aan toe gaat. Is er in iedere straat een taekwondoclub? Zijn alle taekwondo-beoefenaars in Korea zo goed als Lee Dae-Hoon of de leden van het Kukkiwon demo-team? Kan je als buitenlander zomaar in Korea een taekwondoclub binnenstappen en vragen om mee te mogen trainen? Ik heb het geluk gehad om vele malen naar Korea te kunnen reizen, te kunnen trainen en zelfs een danexamen te mogen afleggen. Verscheidene keren verbleef ik gedurende een maand in Korea, in 2013 zelfs zeven maanden. Met dit artikel wil ik een tipje van de sluier lichten ...

Niet alleen de naam is anders, ook de dojang of cheyoukkwan is anders dan bij ons. De cheyoukkwan bevindt zich niet in een sportcentrum maar in een kantoorgebouw of building vol met winkels, cinema's, koffieshops en dergelijk, en soms (maar dit komt minder vaak voor) in een appartementsgebouw. De cheyoukkwan bevindt zich bijna nooit op het gelijkvloers, maar meestal op de eerste, tweede of soms hoger gelegen verdieping, en is ook veel kleiner dan de meeste zalen in België. Qua oppervlakte zijn de meeste cheyoukkwan 50 à 60 vierkante meter, er is geen of nauwelijks ruimte om je om te kleden, laat staan te douchen.

Er is wel een (klein) bureau voor de kwanjang, de eigenaar/hoofdtrainer van de club. Reden dat de ruimte zo beperkt is, is dat het onroerend goed in Korea zeer duur is, uiteraard verschillen de prijzen sterk qua ligging, maar zeker in de grote steden is de huur hoog. Daarnaast zit je nog met het Koreaanse systeem van waarborgen bij het huren (dit geldt tevens voor huren van een appartement of een winkel- of kantoorruimte), namelijk de jeonsae of de wolsae. Huurwaarborgen die één jaar of zelfs meerdere jaren huurprijs bedragen zijn de normaalste zaak in Korea. De beperkte ruimte van een cheyoukkwan heeft zijn invloed op de werking van de taekwondoclub.

Doordat de ruimte beperkt is, kunnen er niet veel mensen tegelijk naar binnen en zijn er gemiddeld 5 à 6 trainingen volgens leeftijdsgroep. Een ander belangrijk verschil is dat de meeste dojang enkel van maandag tot en met vrijdag open zijn, en gesloten zijn in het weekend. De trainingen duren één uur per leeftijdsgroep, maar je gaat wel 5 maal per week naar de dojang. Doordat er geen of bijna geen kleedkamers in de cheyoukkwan zijn, doen de leerlingen thuis reeds hun dobok aan en wachten zij in dobok op een afgesproken punt nabij hun huis op het busje van de club om hun op te halen.



명칭

Hoe wordt er getraind?

Een typische indeling van zo'n trainingsdag ziet er als volgt uit:

14-15 uur: training voor 4 en 5-jarigen

15u30-16u30: training voor 6 en 7-jarigen

17u-18u: training voor 8 tot 10 jaar

19u-20u: training voor 11 tot 14 jaar

20u30-21u30: training voor 15 jaar en ouder

De doorsnee cheyoukkwan heeft een minibus waarmee de kwanjang tussen de trainingsuren in de buurt een tour maakt, waarbij hij of zij de leerlingen die gedaan hebben met trainen terug thuis afzet en de leerlingen die aan de training gaan beginnen thuis oppikt, vandaar telkens een half uur tussen iedere training. Na een paar trainingen volgt een iets langere pauze tijdens de welke de kwanjang vlug iets eet.

Deel 2 van dit interessante verhaal leest u in de Taekwondo Contact Winter.



In deze herfsteditie zetten we met Jong Saeng voor u graag een nieuwe 'club in de kijker'! Jong Saeng is een grote club die zijn thuisbasis heeft in de Antwerpse gemeente Sint-Katelijne-Waver en

maar liefst 85 actieve leden telt. Volgens hoofdtrainer Benny Nuyens (50) staat Jong Saeng voor 'een toffe en familiale club waar op een kwalitatieve manier de krijgskunst taekwondo wordt beoefend'.

Dag Benny, op jullie website lezen we dat Jong Saeng nog een vrij jonge taekwondoclub is, die werd opgericht in 2004?

Benny: "Klopt. De club was bij zijn geboorte in 2004 een club waar zowel Hapkido (Hapkido is eveneens een Koreaanse zelfverdedigingskunst) alsook taekwondo werd onderwezen maar na een jaar later is enkel taekwondo overgebleven. Ikzelf heb mijn eerste stappen in de club gezet in 2006 en waarbij ik vrij snel het toonmalige bestuur van de club kwam versterken. Vlak na het behalen van mijn rode band binnen de club heb ik bij Sport Vlaanderen (toen nog beter gekend als Bloso) mijn trainersdiploma behaald. In 2017 hebben we met een fijne groep mensen de club overgenomen en met succes verder gezet.

Jong Saeng is sinds 2004 uitgegroeid tot een grote club met 85 actieve leden. Jullie hebben ook behoorlijk weinig uitval van leden. Wat is jullie geheim?

"Los vertaald betekent Jong Saeng familie, het gewone volk van elke dag. Daar staan we ook voor: een toffe en familiale club waar op een kwalitatieve manier een krijgskunst wordt beoefend. Maar om terug te komen op je vraag: kwaliteit boven kwantiteit! En dan praat ik niet alleen over het taekwondo-aanbod dat wordt gegeven. Wij geven trouwens alles in de club: krijgskunst, poomsae, sparring, hanmadang, breektechnieken voor elks wat wils. Ook de organisatie van uitstappen en clubactiviteiten in een familiaal kader, is bij ons even belangrijk als het beoefenen en het bevorderen van de krijgskunst, maar naast het sportieve en ontspannende karakter is een goed clubbestuur van vitaal belang voor een goede club."

Is er veel concurrentie met andere sportclubs?

"In onze zaal is ook een thaiboksclub actief en in de gemeente vind je ook een karateclub en vroeger was er ook nog een judoclub binnen de gemeente. Soms zien we leden vertrekken en zich aansluiten bij een andere vechtsportclub, maar sommigen keren ook terug als ze van een andere sport geproefd hebben. We zijn een redelijk standvastige club omdat we zoveel tijd en moeite stoppen in het familiale karakter."

Hoe heeft de coronacrisis jullie club beïnvloed?

"We hebben als club altijd voorzichtig geboerd met het oog op een mindere periode m.a.w. we hebben een kleine buffer. Neemt niet weg dat het de komende jaren misschien iets moeilijker zal worden door de corona."

En praktisch?

"Tijdens de lockdown hebben we onze leden proberen in beweging te houden met Facebook-challenges. Toen we weer naar buiten mochten, hebben we volgens de richtlijnen de trainingen weer hervat. Eerst zijn we op een groot privé-terrein buiten gaan trainen. Dat werd zeer gesmaakt door onze leden en de ouders. En toen we daarna weer binnen mochten gaan trainen, hebben we dat ook gedaan. Bovendien hebben we ons seizoen ook met één maand verlengd omdat we een tijdje verplicht moesten sluiten. Naar komend seizoen toe, zijn we helemaal coronaproof. We hebben twee coronaverantwoordelijken aangesteld die erop moeten toezien dat alle maatregelen correct nageleefd worden. Leuk is anders, maar de mensen zijn ergens ook blij. Blij dat ze weer kunnen sporten, blij dat ze weer kunnen praten met elkaar. We moeten ons optrekken aan het positieve in deze bijzondere tijden."



Als u zorgt voor het verbeteren van uw persoonlijk record...

...dan zorgt arena voor de rest. Sinds jaar en dag is arena vooraanstaand verzekeringspartner van talloze sportfederaties. Zo kan u gerust zijn dat u zelfs bij het beoefenen van uw favoriete sport kan rekenen op de steun van een deskundig team op die momenten dat het minder goed gaat.

Voor meer inlichtingen en advies surf naar www.arena-nv.be.



arena

YOUR COACH IN SPORTS INSURANCE