



**Michael Weber**

«Hier ist alles neu für mich, vor allem die Verantwortung als Küchenchef. Es ist wieder wie eine Art Lehre.» ..... 32

NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG NEUE ZUGER ZEITUNG

Shinson-Hapkido-Sommerzeltlager

# Von der Meditation zum Urschrei



Vollste Konzentration beim Shinson-Hapkido-Training in Cham. Bereits wird auch für eine im Juli geplante Vorführung geübt.

BILDER ANA CRUZ

**Die Kampfkunst Shinson Hapkido hat im Sommer in Cham einen Grossauftritt: 1500 werden zu einem Lager erwartet. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren.**

VON DANIELA ZÜGEL

Ein kleines Loch in der Wand – das ist der Eingang zum Trainingsraum, dem «Tae-Dojang». Nur barfuss oder in Socken betritt man diesen Raum, der ganz mit Matten ausgelegt ist. Jeder, der durch das Loch schlüpf, verbeugt sich. «Unser Dojang ist ganz nach dem koreanischen Modell angelegt», erklärt Thomas Werder. Er ist seit 1992 Shinson-Hapkido-Lehrer, wurde zwei Jahre lang vom Shinson-Hapkido-Meister und -Erfinder Ko Myong selber ausgebildet. Er ist seit der Eröffnung des Dojang Chams, 1998, dessen Leiter. «Das Durchsteigen durch dieses Loch bedeutet, dass man

beim Betreten dieses Raumes ganz vom Alltag abschalten sollte und sich nur noch auf das Training konzentriert.» Männer und Frauen im Alter von 6 bis 64 Jahren trainieren an diesem Abend in Cham die koreanische Kampfkunst. Das Training beginnt mit einem Einwärmen: den Boden entlangrutschen, einander an den Füssen ziehen und Schubkarren spielen – ein geordnetes Durcheinander. Danach sammeln sich alle in einem Kreis, den Gurtenfarben nach geordnet. Das Training beginnt mit Meditation. «Lasst euer Ego draussen, schaltet ab vom Alltag und sammelt alle Energie im Körpermittelpunkt», gibt der Lehrer Marcel Mayer Anweisungen. Plötzlich lässt er einen Schrei los und nach und nach alle anderen auch. «Ein Urschrei, zum Befreien und Aufwecken», erklärt Werder.

**1500 Personen beim Röhrliberg**

Solche Szenen werden diesen Sommer vielfach im Chamer Röhrliberg zu sehen und zu hören sein. Denn dort findet – nach 1996 übrigens breits zum

zweiten Mal – ein Shinson-Hapkido-Sommerzeltlager statt. Solche Lager werden seit achtzehn Jahren jährlich durchgeführt, organisiert vorerst durch den Shinson-Hapkido-Meister Ko Myong, später durch den Internationalen Shinson-Hapkido-Verband in Darmstadt. Eine Woche lang wird sich das Röhrliberggelände in eine riesige internationale Zeltstadt verwandeln. Es werden 1500 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartet. Die grosse Wiese vor der Schulanlage Röhrliberg wird, so OK-Präsident Thomas Werder, in die zehn Zuger Gemeinden eingeteilt. «Und in der elften, in Cham, stehen die Zelte der Chamer sowie das Gemeinschaftszelt.» Werder selber zeltet auch, «obwohl ich nur fünf Minuten weg wohne».

Wie aber kommt ein solcher Mammutanlass überhaupt ins Zugerland? Die Antwort ist schnell gefunden: drei von acht Kyosanim in der Schweiz (Lehrer des Shinson Hapkido) unterrichten im Kanton Zug: Thomas Werder, Marcel Mayer und Daniel Rempfler.

Die Idee des Sommerzeltlagers sei, so Werder, Familien günstige Ferien zu ermöglichen. Es steht unter dem Motto «Begegnung und Kulturaustausch». Die Kunst des Shinson Hapkido muss man nicht beherrschen, das tägliche Training ist freiwillig. Neben dem Training werden auch diverse Ausflüge organisiert. Man kann sich aber auch auf eigene Faust aufmachen und die Zentralschweiz erkunden. Das Lagergelände ist öffentlich: «Die Chamer Bevölkerung ist herzlich willkommen, reinzuschauen und beim Training auch selber mitzumachen.» Die Vorbereitung für diesen Riesenevent seien umfangreich, so Martin Wismer. Er ist der Cousin von Werder und wurde vor sechs Jahren, als das erste Shinson-Hapkido-Sommerzeltlager in Cham stattfand, von der Sportart «angesteckt». Heuer arbeitet er im 25-köpfigen OK des Sommerzeltlagers 2002 mit.

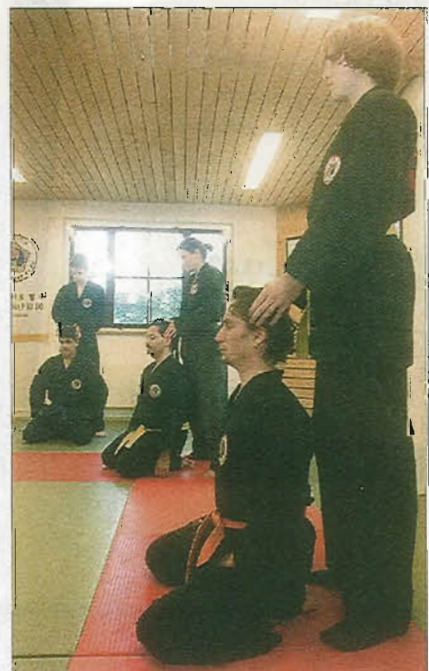
Die Teilnehmer geniessen während des Lagers grosse Autonomie und organisieren sich selber. «Viele bringen ihr

Essen selber mit und grillieren dann vor ihrem Zelt», so Werder. Für die anderen wird im Kinderheim Hagendorn gekocht. Und auch hier helfen alle mit. «Wichtig ist, dass die Gäste gleichzeitig auch Gastgeber sind», betont Werder. In dieser Juliwoche werden gegen 120 Danträger (Lehrer des Shinson Hapkido) anwesend sein. Den Abschluss des Lagers bildet eine Vorführung in der Baarer Waldmannhalle am 25. Juli.

**In den Alltag zurück**

Zurück zum Dojang in Cham: Das Training endet, nach einer Stunde harter Übungen und vollster Konzentration, wieder mit Meditation. «Die Sportler müssen sich jetzt das ganze Training wieder durch den Kopf gehen lassen und sich anschliessend wieder auf die Welt draussen einstellen», so Werder.

Infos unter: <www.shinsonhapkido.ch>.



Meditationsübungen stehen am Anfang und am Ende jedes Trainings.

NACHGEFRAGT



bei Heinz Wyss, Gemeindepräsident Cham

«Ehre für Cham»

**Wieso finden derzeit so viele Grossanlässe in Cham statt?**

**Heinz Wyss:** Unsere Gemeinde liegt sehr zentral, die Anlagen sowie die Infrastruktur des Röhrlibergs sind ideal, und der Seeanstoss wird natürlich auch sehr geschätzt. Das Shinson-Hapkido-Sommerzeltlager findet heuer bereits zum zweiten Mal in Cham statt. Das erste Mal ist alles reibungslos verlaufen, Gäste sowie Bevölkerung haben es geschätzt. Da der OK-Präsident Thomas Werder ein Urchamer ist, liegt es nahe, dass er seine Gemeinde anfragt.

**Was ist positiv oder negativ daran, wenn ein Grossanlass in Cham stattfindet?**

**Wyss:** Es ist schön, wenn Vereine unsere Gemeinde als Austragungsort für einen internationalen Anlass wählen. Auch die Bewohner schätzen es, es ist uns eine Ehre. Wenn sich die Gäste und Sportler gut aufführen, wie es beim letzten Sommerzeltlager von Shinson Hapkido der Fall war, gibt es nichts Negatives daran, wenn ein Grossanlass hier stattfindet. Es ist einfach wichtig, dass sich Organisatoren und Besucher im Klaren sind, dass sie sich mitten im Dorf befinden und sich auch entsprechend anpassen und verhalten.

**Welche Kriterien muss ein Anlass erfüllen, um in Ihrer Gemeinde stattfinden zu können?**

**Wyss:** In erster Linie ist es wichtig, dass wir mit den Veranstaltern schnell Vertrauen aufbauen können. Und dass sie signalisieren, dass sie Verantwortung übernehmen können und wollen. Der Anlass soll auch möglichst offen sein, auch für die Bevölkerung von Cham. Und beim Sportfest sowie beim Zeltlager von Shinson Hapkido ist dies der Fall.

**Stehen bei einem Grossanlass spezielle Vorbereitungen oder Mehrarbeit für die Gemeinde an?**

**Wyss:** Für mich gibt es eigentlich keine grosse Arbeit. Ich setze mich über die Veranstaltung ins Bild und schaue, ob ich irgendwo vermitteln oder helfen kann. Mehrarbeit gibts vor allem für die Verkehrs- und die Sicherheitsabteilung sowie für den Werkhof. Doch wenn der Anlass sympathisch ist, machen sie das gerne. dz

## Seit 1995 im Kanton Zug

Karate, Judo, Kung-Fu. Diese Sportarten sind ein Begriff. Doch was ist Shinson Hapkido? Auch das ist eine Kampfkunst, doch keine japanische, sondern eine koreanische. Der grundlegende Unterschied zu Sportarten wie Karate oder Kung-Fu ist, dass es im Shinson Hapkido keine Wettkämpfe gibt. Es geht nicht um Leistung, sondern um die Kunst des Shinson Hapkido. Eine Shinson-Hapkido-Schule ist dementsprechend keine Sportschule, sondern eine «Lebensschule». Sie heisst Dojang, was koreanisch ist und so viel heisst wie «Raum für den Weg». Der Gründer der Lebens- und Bewegungskunst Shinson

Hapkido ist der Koreaner Ko Myong. Er war es auch, der 1983 in Darmstadt (Deutschland) die International Shinson Hapkido Association gründete. Er bildete Lehrer und Lehrerinnen aus, die ihrerseits Dojangs gründeten. So verbreitete sich Shinson Hapkido in Europa.

In der Schweiz gibt es mittlerweile fünf Dojangs, und zwei davon sind im Kanton Zug einer in Zug; und einer in Cham. Der Zuger Dojang wurde 1995 von Marcel Mayer gegründet, der Dojang Cham 1998 von Thomas Werder. Vorher hatte Werder im Heilpädagogischen Zentrum in Hagendorn Shinson Hapkido unterrichtet. dz

ANZEIGE

**Aoi**  
Japanisches Restaurant und Take Away  
Sushi à discrétion  
Fr. 38.- Di. ab 18 Uhr  
Weitere jap. Buffets à discrétion Donnerstag und Samstag ab 18 Uhr  
Diverse günstige Mittagmenüs ab Fr. 22.-  
Neustadt Passage  
Baarerstrasse 10  
6300 Zug  
Tel. 041 712 27 77  
Neu: 7 Tage offen  
11.00 - 22.30 Uhr  
PP: Parkhaus Neustadt Passage