

# 합기도



## Was ist Hapkido?

"Hap" bedeutet "zusammen" und meint die Harmonie von Körper und Geist.

"Ki" bezeichnet die Universelle Energie

"Do" heisst "Weg des Lebens, Weg des Lernens"



Ursprungsland des Hapkidos ist Korea. Hapkido verfügt über eine Vielzahl von Arm- und Beinhebeln, Würfeln, Tritt-, Schlag-, Waffen- und Nervendruckpunkttechniken. Hapkido ist kein Kampfsport sondern eine Kampfkunst, die sich hervorragend zur Selbstverteidigung eignet. Es kann sowohl von Männern als auch von Frauen jeden Alters erlernt werden. (In Goslar ist das Mindestalter 10 Jahre)

## Hapkido basiert auf drei wichtigen Grundprinzipien:

1. Das Prinzip des Kreises.

Alle Bewegungen sind rund. Der Hapkido Kämpfer bewegt sich wie im Inneren einer Kugel. Von Außen einwirkende Kräfte werden an der Oberfläche der "Kugel" umgeleitet und neutralisiert.

2. Das Prinzip des Flusses.



Wie der Fluss, der sich überaus nachgiebig dem Landschaftsbild anpasst und doch im Moment der Stauung eine gewaltige Kraft entwickelt, so reagiert auch der Hapkidoka einfühlsam auf seinen Gegner, um im entscheidenden Moment sein angestautes "Ki" durch die Technik in den

Gegner fließen zu lassen. .

### 3. Das Prinzip der Einwirkung.

Durch blitzartige, kaum zu bemerkende Bewegungen wird der Angreifer zu reflexartigen Gegenbewegungen veranlasst, die dann in einer Folgetechnik ausgenutzt werden.

## Graduierungen

Es gibt zwei augenscheinliche Stufen der Graduierung beim Hapkido: die Kub- oder Schülergrade und die Dan- oder Meistergrade. Kub-Graduierte sind Anfänger, die dabei sind die Grundlagen Hapkidos zu erlernen. Sie beginnen mit dem weissen Gürtel und erhalten dann den gelben, blauen und roten Gürtel. Dan-Träger tragen den schwarzen Gürtel und obwohl sie die Grundelemente des Hapkidos verstanden haben, lernen sie immer noch, ein ganzes Leben lang!

## Entstehungsgeschichte:



Wegen der Vielzahl an weltweit verbreiteten Hapkido Stilen und Entwicklungen möchten wir hier anhand eines kurzen geschichtlichen Rückblicks verdeutlichen aus welcher „Hapkido Familie“ wir selbst hervorgegangen sind. Der Vater und Begründer des Hapkido ist der koreanische Grossmeister Ji-Han-Jae (10.Dan) der im Alter von 13 Jahren sein physisches Training unter Choi Yong Sul begann. Choi hatte viele Jahre in Japan gelebt und dort die Kampfkunst Daito-ryu Aikijujutsu erlernt und nach seiner Rückkehr nach Korea mit verschiedenen koreanischen Kampfkünsten vermischt. Choi lehrte Ji bis zu seinem 18 Lebensjahr die physische Seite seiner Kampfkunst. Im Alter von 18 Jahren setzte Grossmeister Ji seine Ausbildung unter dem Taoist Lee fort und erlernte dort neben verschiedenen Waffentechniken die koreanischen Tae Kyon-Fusstrittmethoden. Die spirituellen Techniken des heutigen Hapkido erlernte Grossmeister Ji von einer älteren Nonne bei der er für weitere 5 Jahre seine Ausbildung fortsetzte



gung, die in der Regel durch einen Lehrer (Jongnim) gelehrt werden. Die Bewegungen sind oft fließend und verbinden Elemente aus verschiedenen Kampfsportarten wie Judo, Taekwondo und Aikido.

Die Bewegungen sind oft fließend und verbinden Elemente aus verschiedenen Kampfsportarten wie Judo, Taekwondo und Aikido.

Die Bewegungen sind oft fließend und verbinden Elemente aus verschiedenen Kampfsportarten wie Judo, Taekwondo und Aikido.