



Endlich wieder **Shinson Hapkido Sommercamp!** Leute aus ganz Deutschland und um zu (Dänemark, Belgien, Schweiz) treffen, eine Woche lang zusammen trainieren und Spaß haben.

Jetzt war es endlich wieder so weit: nach 2 Jahren Corona-Pause fand vom 27.7. bis 5.08.2022 wieder das alljährliche Shinson Hapkido Sommercamp 2022 statt – diesmal in Hagelloch auf der Schwäbischen Alb nahe Tübingen. Wir von der Shinson Hapkido Abteilung vom Hennigsdorfer Judo Verein sind zusammen mit den Berliner Shinson Hapkido Dojang gefahren. Dort haben wir uns noch mit dem Dojang Köln und dem Dojang Echaztal zusammengetan. Wir waren somit eine Gruppe von gut 30 bunt gemischten Leuten von klein bis groß, die zusammen gekocht und gegessen haben. Insgesamt waren es knapp 400 Teilnehmende – also ein Bruchteil der üblichen Größe von sonst über 1000 Trainierenden.

Auf dem Sommercamp wird komplett draußen auf einem großen Sportplatz trainiert. Morgens und nachmittags gibt es eine Trainingsrunde, die jeweils aus einem einstündigen Gemeinschaftstraining und 1 ½ Stunden Training in der jeweiligen Gürtelstufe besteht. An den meisten Abenden gibt es Programm: Bunter Abend, Musikabend und die fette Party nach der großen Benefizvorstellung am Donnerstag.

Denn jedes Jahr wird auch eine große Vorführung mit spektakulären Einlagen auf die Beine gestellt. Der Erlös aus dem Kartenverkauf wird für soziale Projekte vor Ort oder auf der Welt (Casa Verde, Ukraine) gespendet. Dort kann man dann erleben wie Menschen wie Du und ich weit- und hochspringen, mit dem Stock kämpfen, ein oder gleich mehrere Bretter aus allen möglichen Ausgangslagen zertreten/-zerschlagen oder sich nach Musik harmonisch in einer Art Kampftanz miteinander bewegen.

Das ist immer wieder spektakulär und dient mir auch als Vorbild, dran zu bleiben, auch wenn Techniken oder Bewegungen bei meinem eigenen Training nicht klappen oder gar unmöglich erscheinen. Ja auch ich werde meine Bewegungsform, die zu mir passt, finden.

Vollgepumpt mit der Energie aus dem Sommercamp starte ich nun wieder in das Training nach der Sommerpause und bin sicher, dass ich noch eine ganze Weile auf dieser Motivationswelle surfen kann.

Petra – 4. Kup (rot) Shinson Hapkido



Rechts seht ihr Ko Myong – den Begründer von Shinson Hapkido, auch er ist jedes Jahr mit dabei. ☺

