

26. INTERNATIONALES



SOMMERLAGER TÜBINGEN

30. JULI – 6. AUGUST

Gesamtleitung Ko Myong
Urlaub für die ganze Familie
Gesundheit und Fitness
Internationale Begegnung
und Kulturaustausch

Wir gehen einen Weg gemeinsam



2010



www.shinsonhapkido-tuebingen.de

Liebe TeilnehmerInnen des Shinson Hapkido Sommerlagers, liebe Sommerlager BesucherInnen,

ich freue mich über die Veranstaltung des 26. Int. Shinson Hapkido Sommerlagers in der malerischen und geschichtsträchtigen Universitätsstadt Tübingen am Neckar und danke Gott dafür.

Das Ziel von Shinson Hapkido ist: „Menschlichkeit trainieren, verbreiten und erreichen“. Im Sommerlager wollen wir mit dem Herzen „Himmel, Erde und Mensch (alle Lebewesen) ist eins – die Welt ist eins“ erfahren und daran arbeiten, wahre Menschen zu werden, den anderen zu achten und einander in Nächsten- und Naturliebe zu begegnen.

Ein gesundes Herz (Geist) bedeutet einen gesunden Körper, ein gesunder Körper bedeutet ein gesundes Herz. Mit dieser Überzeugung und in diesem Vertrauen wollen wir für die Gesundheit, für den Körper und den Geist trainieren, denn Geist und Körper sind untrennbar eins.

Im Shinson Hapkido Sommerlager wollen wir gemeinsam für die Gesundheit trainieren, unsere Gedanken miteinander teilen, voneinander lernen, Erlerntes vertiefen und einander Trost und Mut spenden. Dadurch können wir Bestätigung darin erfahren, dass ‚Ich und Du‘, dass wir eins sind, und uns mit ‚Ki‘, Kraft, Mut und Spiritualität für unser Leben anfüllen.

Das Motto des Sommerlagers ist „Urlaub und Erholung für die ganze Familie, Gesundheit und Fitness, internationale Begegnung und Kulturaustausch“ – so soll es auch ein Ort der Pause und des Atemholens werden. Das ist der Sinn des Shinson Hapkido Sommerlagers.

Das Sommerlager steht Menschen jeden Alters offen (bis jetzt hatten wir Teilnehmer von 0 - 86 Jahren), egal welcher Vereinszugehörigkeit, Vereinigung, Religion, Ideologie oder Nationalität. Jedes Jahr bemühen wir uns, einen geeigneten Ort zu finden, in der die ganze Familie für kleines Geld Urlaub machen und die Natur genießen kann, was die Grundidee des Sommerlagers ist.

Ich möchte den OrganisatorInnen und HelferInnen des Sommerlagers, Sabomnim Jochen Liebig, allen DanträgerInnen, Mitgliedern, Angehörigen und Freunden des Shinson Hapkido Dojangs Tübingen von ganzem Herzen meinen Dank aussprechen und wünsche viel Kraft, Mut, aber auch viel Freude für die Organisation dieser anstrengenden Sozialveranstaltung!

Ich danke den Bürgerinnen und Bürgern der Stadt Tübingen, dass sie uns ein so schönes Umfeld für das Sommerlager zur Verfügung gestellt haben.

Ich danke von der Stadt Tübingen Herrn Bürgermeister Michael Lucke, Frau Christine Vollmer, Leiterin der Abteilung Schule und Sport und ihrer Mitarbeiterin Frau Miriam Ibrahimovic, Herrn Rainer Kaltenmark, Leiter der Abteilung Ordnung und Gewerbe und seinen Mitarbeitern Frau Michaela Stump und Herrn Bruno Schuh vom Landkreis, Herrn Thomas Quarleiter, zuständig für Liegenschaften und Schulen, Herrn Kabiri, Hausmeister der Kreis-sporthalle, sowie dem TV Derendingen mit Herrn Bernd Wellhäuser, 2. Vorsitzender des TV Derendingen und Herrn Joachim Götzendörfer, Abteilung Fußball.

Gemäß des Shinson Hapkido Arbeitsziels „Himmel, Erde, Mensch (alle Lebewesen) ist eins – die Welt ist eins“, „Menschlichkeit trainieren, verbreiten, erreichen“, arbeiten wir in dieser Veranstaltungszeit nicht nur für uns allein, d.h. wir wollen Gesundheit und Freude nicht nur für uns behalten, sondern sie mit anderen teilen, um nicht nur unser eigenes Ego zu nähren. Deshalb veranstalten wir eine große internationale Shinson Hapkido Benefizshow: am Donnerstag, den 05.08.2010 um 19 Uhr in der Kreissporthalle des TV Derendingen zugunsten des Straßenkinderprojektes „Casa Verde“ in Arequipa/Peru und der Stiftung für krebskranke Kinder in Tübingen.

Liebe LeserInnen, liebe Shinson Hapkido Familie und Sommerlager-TeilnehmerInnen, es wäre schön, wenn Sie uns mit Ihrem Besuch bei dieser Benefizveranstaltung oder auf anderem Wege, z.B. durch Werbung für die Show, unterstützen.

„Wir gehen einen Weg gemeinsam“, so hat sich Shinson Hapkido immer weiter entwickelt. Das Sommerlager findet dieses Jahr zwar in Tübingen statt, d.h. aber nicht, dass nur der Dojang Tübingen als Ausrichter Verantwortung dafür übernimmt, sondern dass wir als Shinson Hapkido-Gemeinschaft alle



Anteil haben und mithelfen sollen, so gut wir können. Ansonsten würde Shinson Hapkido seinen Sinn verfehlen. Erst in der gemeinsamen Arbeit finden wir wahre Freude, Glück und Gesundheit.

Liebe TeilnehmerInnen, schicken wir der Tübinger Shinson Hapkido Familie gemeinsam „Ki“, Kraft und Trost für die Organisation dieser Veranstaltung.

Gemäß des Begleitwortes des Jahres 2010 „Steh auf und lasse Dein Licht leuchten“ (Stand up and let your light shine! (Ironara bitchul balhara) wünsche ich mir, dass Sie zum Sommerlager kommen, damit sie dort mit Körper und Geist Erholung finden, Freude durch das Gemeinschaftserlebnis erfahren, dass Sie die Dunkelheit aus sich heraus vertreiben, das Licht in sich entdecken und in die Welt leuchten lassen. Ergreifen Sie diese Gelegenheit!

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien Frieden und ein glückliches Leben! Ich hoffe und wünsche mir, Sie im Sommerlager zu treffen.

Herzlichst, Ihr

Sonsanim Ko Myong

Präsident International Shinson Hapkido Association

Liebe Gäste, liebe Sommerlagerteilnehmerinnen und -teilnehmer,

es ist uns eine große Freude, Euch im Namen der Shinson Hapkido Schule Tübingen zum diesjährigen Sommerlager begrüßen zu dürfen!

Wir wünschen uns allen eine Woche Urlaub mit Shinson Hapkido, vielen Begegnungen und der Möglichkeit, die schwäbische Universitätsstadt mit ihrer Umgebung kennenzulernen.

Ein Spaziergang vom Sommerlagergelände an der Steinlach zur mittelalterlichen Altstadt mit ihren Straßencafés und urigen Kneipen, eine Stocherkahnfahrt auf dem Neckar, eine Wanderung durch die sommerlichen Streuobstwiesen oder eine Fahrt zur nahegelegenen schwäbischen Alb, verbunden mit einem Besuch der berühmten Hohenzollernburg – das verspricht eine schöne Sommerferienwoche zu werden!

Zu allen Veranstaltungen während des Sommerlagers – wie dem "Bunten Abend" mit seinem abwechslungsreichen Unterhaltungsprogramm oder dem Musik-Festival, gestaltet von den einzelnen Shinson-Hapkido-Schulen – sind auch die Tübinger Bürgerinnen und Bürger herzlich eingeladen. Der Erlös unserer großen, internationalen Benefiz-Kampfkunstshow am Donnerstagabend, 5. August 2010, geht an unser Straßenkinderprojekt "Casa Verde" in Arequipa (Peru) und an die Stiftung für krebskranke Kinder in Tübingen.

Wir bedanken uns bei allen, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beitragen – und mit ihrem Herzen dabei sind.

Sabomnim Jochen Liebig

Organisationsleitung des Sommerlagers 2010, Leiter der Shinson Hapkido Schule Tübingen



**Dear participants in our Shinson Hapkido Summer Camp,
dear citizens, dear show visitors, dear friends!**

I am very happy about the Shinson Hapkido International Summer Camp in the historic and picturesque university town of Tübingen. And I thank God for this wonderful event.

The aim of Shinson Hapkido is to train, to spread and to aspire humanity. During the summer camp we want experience in our hearts that "heaven, earth and humankind (in fact: all living creatures) are one – there's one world". We will work towards becoming true humans, respecting each other and encountering each other with love for our neighbour and for nature.

A healthy mind and heart implies a healthy body. A healthy body implies a healthy heart. With this conviction and with trust we will be training for health for body and mind, for they are inseparable.

So in the Shinson Hapkido Summer Camp we will be training our health, but also sharing our thoughts, deepening what we have learned and encouraging and assuring each other. This will confirm our knowledge that "I and You", that we are one and will fill us with "ki", power, courage and spirituality for our lives.

The motto of the camp is "Holidays and recreation for the whole family, health and fitness, international encounter and cultural exchange". It will be a time to pause and "regaining our breath" also.

The Summer Camp is open to people regardless of their age, membership in associations, religion, ideology or nationality. Each year we try to find a place suitable for family vacations and enjoying nature with a small budget.

I want to express my wholehearted gratitude to the organizers of the camp and all volunteers involved, Sabomnim Jochen Liebig, all Danbearers, members, families and friends of the Shinson Hapkido Dojang in Tübingen and wish them much power, and courage, but also a lot of fun for this sudorific social event.

I thank the citizens of Tübingen for sharing with us such a beautiful location for the camp.

Thank you especially to Mayor-in-Chief Michael Lucke and the many persons in the different administrations and associations that helped making this event possible.

We do not just want to have a good time for ourselves but we want to share our experiences with others. That's why we will put a big international Shinson Hapkido show on Thursday, August 5, at 7 pm in the district gymnasium (Kreissporthalle TV Derendingen). The proceeds of this show will

be divided between the street children's project "Casa Verde" in Arequipa/ Peru and the "Foundation for Children with Cancer" in Tübingen. So you are cordially invited to an exciting show. And bring your friends!

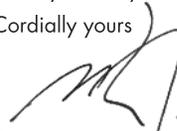
"We are walking a path together" – this describes the development of Shinson Hapkido. This year that means that we are guests in Tübingen. It does not mean that we'll leave all the work to our local Dojang but that we'll share the work as well as the fun. This is what Shinson Hapkido is about also: Only in sharing our work we'll find true joy, happiness and health.

So let's convey "Ki", power and assurance to the Tübingen Shinson Hapkido family!

"Ironara bitchul balhara" – "Stand up and let your light shine" is the motto for 2010. My wish is for you to come to the summer camp to find "re-creation" for body and mind, to enjoy the experience of community, to expel the darkness and discover the light within you and let it shine into the world. Use this opportunity!

I wish you and your families peace and a happy life! I look forward to seeing you at the summer camp.

Cordially yours



Sonsanim Ko Myong

President International Shinson Hapkido Association

**Dear guests, dear friends, dear participants in our summer camp,
dear friends and supporters of Shinson Hapkido!**

On behalf of the Shinson Hapkido School Tübingen we are happy to welcome you to this year's summer camp.

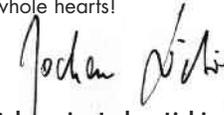
And we wish you a wonderful week with Shinson Hapkido, meeting people and get to know the Swabian university town and her surroundings.

A walk from the camp site by Steinlach river to the medieval old town with numerous street cafés and "Kneipen" (bars), a boat trip in a traditional "Stocherkahn" (punting gondola) on the Neckar river, a stroll through the beautiful orchards or a trip to the hills of the nearby "Schwäbische Alb" combined with a tour of famous Hohenzollern Castle – all this promises a wonderful week of summer vacation!

All special events during the camp like "Bunter Abend" (Evening of music and entertainment) with a well mixed entertainment program or the "Music Festival" put on by different Shinson Hapkido schools are also open to the public. All citizens of Tübingen are cordially invited.

The proceeds of our big International Shinson Hapkido show on Thursday, August 5, at 7 pm in the district gymnasium (Kreissporthalle des TV Derendingen) will be divided between the street children's project "Casa Verde" in Arequipa/Peru and the "Foundation for Children with Cancer" in Tübingen.

We want to thank all of you who contribute to the success of this show and are present with their whole hearts!



Sabomnim Jochen Liebig

Head of the Shinson Hapkido School Tübingen
in charge of the organization of the summer camp 2010



ESSEN UND TRINKEN

Frühstück:

von 7.30 Uhr bis 9.30 Uhr bieten wir Euch ein Frühstücksbuffet an. Für Selbstversorger steht ein Bäckereiverkaufswagen von 7.00 bis 9.30 Uhr bereit.

Mittagessen:

zwischen 12.30 und 14.30 Uhr gibt es eine begrenzte Anzahl warmer Mittagessen.

Snacks:

ab 12.30 Uhr bieten wir auch kleinere Snacks wie schwäbische Maultaschen-suppe, Kartoffelsalat, Pommes Frites und Falaffel, sowie einen Salat aus biologischem Anbau an. Espresso und Kaffee, Kuchen und Eis erhaltet Ihr ebenfalls ab 12.30 Uhr. Für die Abendstunden und in die Nacht hinein gibt es kleine Snacks und Süßigkeiten.

Geschirr:

Wir bitten Euch darum, Euer Geschirr und Besteck selbst mitzubringen.

Getränke:

Auch dieses Jahr könnt Ihr Mineralwasser kistenweise zwischen 8.00 und 9.30 Uhr bekommen. Alkoholische Getränke werden erst ab 18.30 Uhr ausgedient.

ANMELDUNG

Am Freitag, den 30. Juli könnt Ihr Euch von 10.00 - 20.00 Uhr im bzw. bei schönem Wetter vor dem Foyer anmelden.

An den folgenden Tagen besteht noch die Möglichkeit sich für das Sommerlager anzumelden: Sa. 31.7. bis Mi. 4.8. von 8.00 - 9.00 Uhr und von 14.00 - 15.00 Uhr (neben der Bonkasse).

BONVERKAUF

An unserer Bonkasse in der Gemeinschaftshalle, erhaltet ihr Bonkkarten im Wert von 10 €. Damit könnt Ihr die ganze Woche über an jedem Essens- oder Getränkestand "bezahlen". Es werden dabei einfach Teilbeträge von je 20 Cent entwertet/abgestrichen. Die Bonkkarten sind natürlich übertragbar und gelten auch für das Gläserpfand. Wir nehmen nur ein geringes Gläserpfand und appellieren stattdessen an Euren Gemeinschaftssinn.

Der Bonverkauf ist täglich besetzt von:

7.00 - 9.00 Uhr, 12.00 - 15.00 Uhr
und 18.00 - 24.00 Uhr



FOOD AND BEVERAGES

Breakfast

We offer you a breakfast buffet from 07:30 till 09:30. There will be a bakery-booth open from 07:30 till 09:30.

Lunch

Between 12:30 and 14:30, there will be a limited quantity of meals.

Snacks

From 12:30 onwards, we offer you small snacks such as schwäbische maultaschen-soup (swabian ravioli-soup), potato salad, French fries and Falafel (chickpeas-balls) and salad (organically grown) as well as espresso, coffee, cake and ice-cream. There will be snacks and sweets available during the evening and into the night.

Plates and Cutlery

We request you to bring your own plates and cutlery.

Beverages

You can obtain bottled mineral water crate wise between 08:00 and 09:30. Alcoholic drinks will be served after 18:30.

REGISTRATION

On Friday, July 30th you can register from 10:00 until 20:00 in the foyer, by fine weather in front of the foyer.

In the following days, you can register for the summer camp: Saturday, July 31st until Wednesday August 4th from 08:00 - 09:00 and from 14:00 - 15:00 (beside the token desk).

TOKEN SALES

At the token desk in the community hall, you can exchange token-cards in value of 10 Euros. During the whole week, you can pay for your meals and beverages with it. It will be charged in units of 20 Cents. The token-cards are transferable and also apply for the glass-deposit. We charge a small amount for glass-deposit and therefore we appeal to your sense of community.

The token-sale will be open,
everyday from 07:00 - 09:00,
12:00 -15:00 and 18:00 - 24:00



MEDIZINISCHE VERSORGUNG

Das Sanitätszelt ist 15 Minuten vor bis 15 Minuten nach jedem Training besetzt. Außerhalb dieser Zeiten sind Ärztinnen/Ärzte und medizinisch ausgebildete Personen über die Notfallnummer zu erreichen. Bitte begleitet Verletzte (vor allem Kinder) zur Erste-Hilfe-Station.

Falls Ihr an chronischen Krankheiten (Diabetes, Epilepsie o.ä.) oder anderen gravierenden Vorerkrankungen leidet, teilt dies bitte unbedingt vor dem Sommercamp einer Person Eures Vertrauens (z.B. Eurer/m Kyosanin) mit. Bei Bagatellverletzungen helft Euch bitte gegenseitig. Denkt an ausreichend Sonnenschutz für Kopf und Haut sowie daran, genügend zu trinken.

Eine Apotheke findet ihr hier im Stadtteil Derendingen in der Heinlenstraße 14. Eine Liste mit niedergelassenen Ärztinnen/Ärzten befindet sich am Infostand. Das nächstgelegene Krankenhaus ist die Berufsgenossenschaftliche Unfallklinik und Uniklinikum in der Schnarrenbergstr. 95 in Tübingen.

Treffen für alle, welche die Arbeit der Sanitätsgruppe unterstützen wollen: Samstag, 31. Juli um 18.00 Uhr nach dem Gemeinschaftstraining am Sanitätszelt.

KINDERBETREUUNG

Der Kindergarten wird auch in diesem Jahr von einem festen Team betreut. Während der Trainingszeiten gibt es ein Betreuungsangebot für Kinder von drei bis fünf Jahren. Kinder unter drei Jahren sind ebenfalls willkommen, aber bitte nur in Begleitung einer erwachsenen Betreuungsperson.

Ein Informationstreffen für alle Eltern mit Kindern bis fünf Jahren findet am Freitag, den 30. Juli um 18.00 Uhr am Kindergarten statt.

Betreuungszeiten:

Samstag bis Dienstag 9.15 -11.45 Uhr, 15.45 -18.15 Uhr
Mittwoch und Donnerstag 9.15 -11.45 Uhr

MEDICAL SERVICE

The First Aid tent will be open during the training time and 15 minutes before and after. During the rest of the time a doctor or a medically trained person can be contacted by dialing the emergency number. Please escort injured persons (especially children) to the First Aid tent.

If you suffer from chronic illness (like diabetes, epilepsy...) or you have any severe illness in your medical history please talk about it with someone you trust, for example your Kyosanin. In case of minor injuries please help each other out. Please keep in mind to protect yourself from the sun and to drink liquid.

The next Pharmacy can be found in the Heinlenstraße 14 nearby. A list with physicians in Tübingen can be found at the infoboard. The next hospital is the Berufsgenossenschaftliche Unfallklinik; the adress is Schnarrenbergstr. 95, Tübingen.

The meeting for all the people who like to support the First Aid Team will be on Saturday 31st of July at 18:00 after the Gemeinschaftstraining at the First Aid tent.

CHILDREN-SUPERVISION

The kindergarden will be assisted constantly by our team. During the training, there is childcare available for children between the ages 3 to 6 years. The children under 3 years are also welcome but only in company of a grown-up person.

An information meeting for all the parents with children until 5 years will take place on Friday, July 30th at 18:00 in the kindergarden.

Childcare times:

Saturday to Tuesday, 09:15 -11:45, 15:45 -18:15
Wednesday and Thursday 09:15 -11:45

Für ihre freundliche Unterstützung bedanken wir uns herzlich bei:



MÜLL

"Wir verlassen den Platz sauberer als wir ihn vorgefunden haben."

Für dieses Lieblingsmotto, achten wir alle auf Sorgfalt, auch bei der Mülltrennung. Zur Umsetzung des Recyclingkonzeptes bitten wir jeden Dojang eine/n Beauftragte/n auszuwählen. Treffen der "Müllexperten" ist am Samstag, den 31.07.2010 um 11.30 Uhr. Schön wäre es, wenn sich diese für einen Dienst an der Müllsammelstelle zur Verfügung stellen könnten.

Getrennt wird wie folgt:

- Verpackungsmüll mit grünem Punkt (gelbe Säcke gibt's von uns)
- Glas: Glaskontainer gibt es an den Berufsschulen und am Sudhaus (siehe Plan Seite 10)
- Papier / Karton
- Küchenabfälle / Kompost (kann in Plastiktüten gesammelt werden)
- Restmüll

Öffnungszeiten sind:

8.00 - 9.15 Uhr und 18.30 - 19.30 Uhr, am letzten Freitag ganztägig.

Vielen Dank!

NACHTRUHE

Da das Gelände des Sommerlagers sehr nahe an einem Wohngebiet liegt, möchten wir Euch bitten, die Nachtruhe ab 22.00 Uhr einzuhalten.

Auch in diesem Jahr wird es wieder eine Nachtwache geben, an die Ihr Euch auch in Problemfällen wenden könnt.

RECYCLING

"We leave the place cleaner than we have found it"

In view of this slogan, we pay attention to the accurate separation of recyclable waste. For the implementation of the recycling-concept, we request each Dojang to choose a recycling representative. The meeting of the "recycling-experts" is on Saturday, July 31st at 11:30. It would be very helpful, if the representatives could be at disposition by the waste containers.

The system of recycling:

- Wrapping waste with green point (we provide you with yellow bags)
- Glass: glass container is by the schools and at Sudhaus (see plan on page 10)
- Paper / Cardboard
- Kitchen waste / Compost (it can be collected in plastic bags)
- Residual waste

Opening Hours

08:00 - 09:15 and 18:30 - 19:30, the whole day on the last Friday

Thank you very much

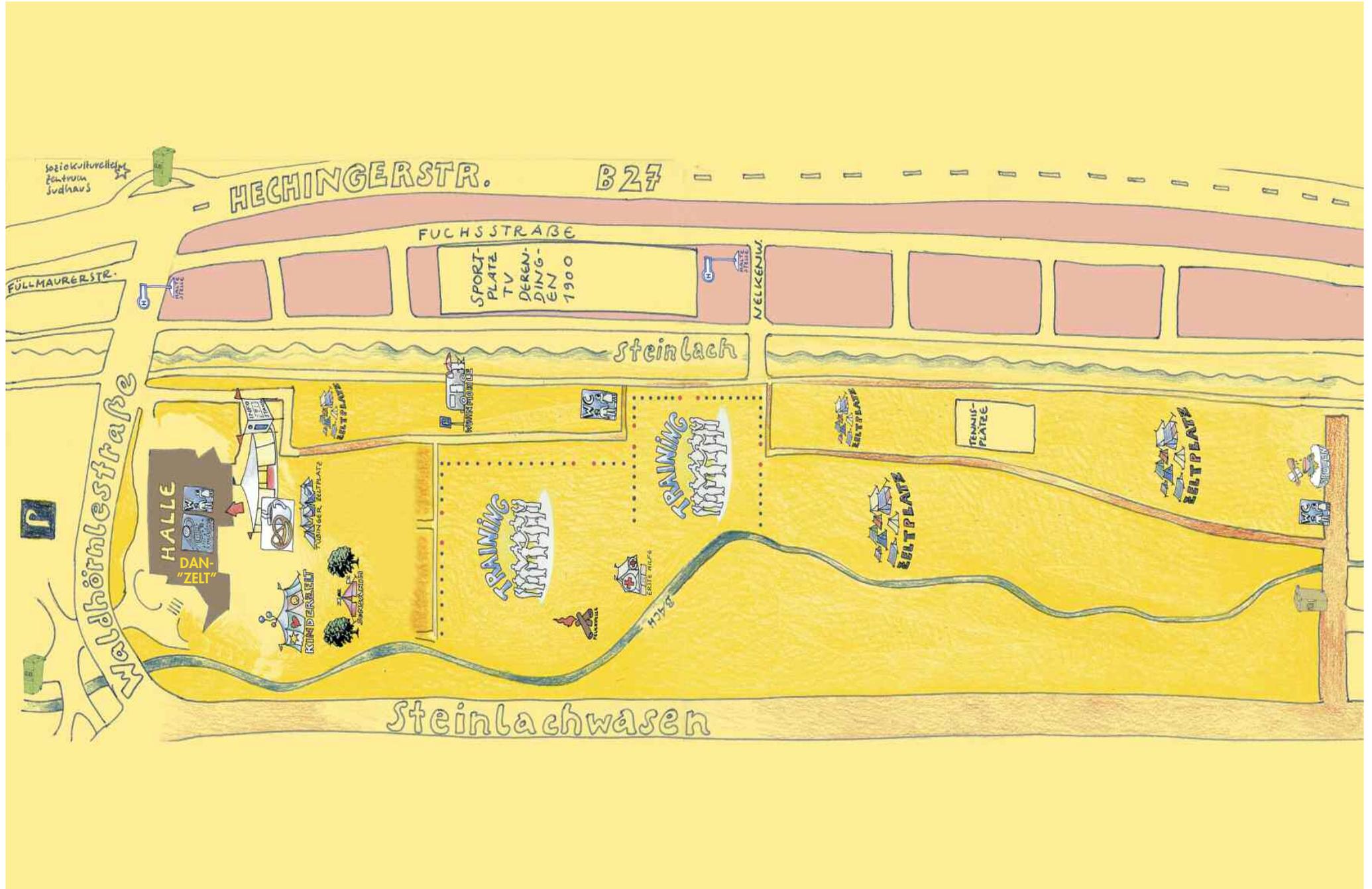
NIGHT TIME

Because of the vicinity of residential neighbourhood to the summer camp, we plead you to maintain the quiet in the night time from 22:00 till morning.

There will be a night watch, to whom you can turn to in case of disturbances.

Für ihre freundliche Unterstützung bedanken wir uns herzlich bei:





WOCHENPROGRAMM

Freitag	30. Juli Anreise
18.00 h	Treffen Eltern mit Kindern unter 5 Jahren (Kindergartenzelt)
19.00 h	Treffen des Organisationsteams für Erste Hilfe (Sanitätszelt) (Treffen der Ärzte, Heilpraktiker usw. siehe Samstag!)
21.00 h	Treffen DanträgerInnen/Kyosanim (Danzelt)
Samstag	31. Juli
9.00 h	Offizielle Eröffnung des 26. Sommerlagers
11.30 h	Treffen der Müllbeauftragten bei der Wertstoffsammelstelle
18.00 h	Treffen der Ärzte, Heilpraktiker usw. (Sanitätszelt)
20.00 h	Gemeinsamer Abend in der Gemeinschaftshalle, offizielle Vorstellung aller TeilnehmerInnen
Sonntag	1. August
20.00 h	Treffen der Koreareiseteilnehmer 2010 und Filmvorführung der Shinson Hapkido Koreareise 2008
20.00 h	Geselliges Beisammensein in der Gemeinschaftshalle
Montag	2. August
20.00 h	Internationaler, bunter Abend mit Siegerehrung in der Gemeinschaftshalle
Dienstag	3. August
18.30 h	Internationales Shinson Ballturnier (fröhliches Ballturnier für die ganze Familie, ein Mix aus Fuß-, Hand- und Volleyball; Team: 3 Kinder, 3 Frauen, 3 Männer). Anschl. Siegerehrung in der Gemeinschaftshalle
Mittwoch	4. August
15.00 h	Stadtführung durch die historische Altstadt Tübingens, oder Stocherkahn fahren auf dem Neckar
20.00 h	Internationales Musikfestival in der Gemeinschaftshalle
Donnerstag	5. August
14.00 h	Generalprobe der VorführungsteilnehmerInnen
19.00 h	Große Shinson Hapkido Vorführung »Zwischen Himmel und Erde« in der Kreissporthalle, zugunsten des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen e.V. und des Straßenkinderprojektes CasaVerde, Peru
Freitag	6. August
9.00 h	Gruppenfoto, anschl. Gemeinschaftsabschlusstraining, anschl. 26. Sommerlager Kupprüfung (Kyosanim bitte Anmelde-Unterlagen komplett vorbereiten)
14.00 h	Verabschiedung und offizielles Ende des 26. Internationalen Shinson Hapkido Sommerlagers in Tübingen mit Wimpel- und Urkundenübergabe und Ankündigung des 27. Internationalen Sommerlagers
Samstag/ Sonntag	7. + 8. August
	Es ist möglich, 2 weitere Tage auf dem Zeltplatz zu verbringen (auf eigene Verantwortung, ohne offizielles Programm).
Anmerkung:	Während der täglichen Trainingszeiten können Eltern, die am Shinson Hapkido Training teilnehmen möchten, ihre Kinder (bis 5 Jahre) in unserem Kindergarten abgeben. Die Organisation behält sich vor, das Wochenprogramm – wenn nötig – anzupassen.

PROGRAM

Friday	July, 30th Arrival
18:00	Parents of children younger than 5 years meet at the kindergarden
19:00	First Aid Coordination Team meets at the medical aid tent (Meeting of physicians, nurses, therapists etc.: see Saturday!)
21:00	Blackbelts/Kyosanim meet at the Dan Tent
Saturday	July, 31st
09:00	Official opening ceremony of the 26 th Summer Camp
11:30	The recycling representatives meet by the waste containers
18:00	Meeting of physicians, nurses, therapists (medical aid tent)
20:00	Welcome evening, official introduction of all participants
Sunday	August, 1st
20:00	Meeting of the Korea travelling group
20:00	Film showing "Shinson Hapkido Trip to Korea 2008" Get-together in the community tent
Monday	August, 2nd
20:00	Evening of music and entertainment with award ceremony in the community tent
Tuesday	August, 3rd
18:30	International Tournament of Shinsonball (funny tournament of a ball game for the whole family, a mixture of soccer, handball and volleyball, a team consists of 3 children, 3 women, 3 men). Afterwards there will be an award ceremony with presentation of the prizes in the community tent.
Wednesday	August, 4th
15:00	Guided tour of the historical Tübingen, afterwards punting gondola ride on the Neckar river
20:00	International music festival in the community tent
Thursday	August, 5th
14:00	Dress rehearsal for all participants of the performance
19:00	Big Shinson Hapkido performance »Between Heaven And Earth« at the district gym, for the benefit of the street children's project "Casa Verde" in Arequipa/Peru and the "Foundation for Children with Cancer" in Tübingen.
Friday	August, 6th
9:00	The group picture and then the last community training afterwards 26 th Summer Camp Kup Examination (Kyosanim are kindly requested to prepare the entire admission documents)
14:00	Official farewell of the 26 th International Shinson Hapkido Summer Camp in Tübingen including handout of the pennants and certificates and announcement of the 27 th International Shinson Hapkido Summer Camp
Saturday/ Sunday	August, 7/8th
	It is possible to spend another two days on the camp site on your own account and without official program.
Remark:	During the daily training hours, parents who wish to take part in the training, can bring their children (up to the age of 5) to our Kindergarten. This schedule will be subject to alterations where necessary.

TRAINING

Trainingszeiten:

9.30 - 10.00 h	Gemeinschaftstraining
10.00 - 11.30 h	Training in Gruppen
12.00 - 13.00 h	Lehrgang für DanträgerInnen
14.00 - 15.00 h	Gesundheit- und Lebensberatung, 1. Hilfe
16.00 - 17.30 h	Training in Gruppen
17.30 - 18.00 h	Gemeinschafts-Training

Trainingsinhalte:

- Gemeinsame Meditation • Ki Doin (Gesundheitsgymnastik)
- Atemtechniken • Shinson Hapkido • Akupressur
- Miteinander leben und lachen

TRAINING

Training times

09:30 - 10:00	Collective training
10:00 - 11:30	Training in groups
12:00 - 13:00	Black belt training
14:00 - 15:00	Health and life counselling, First Aid
16:00 - 17:30	Training in groups
17:30 - 18:00	Collective training

Training consists of:

- Collective Meditation • Ki Doin (Gymnastic for health)
- Breathing Techniques • Shinson Hapkido • Acupressure
- Live and Laugh Together

GROSSE SHINSON HAPKIDO VORFÜHRUNG

**Donnerstag, 5. August um 19.00 Uhr
in der Kreissporthalle.**

Einlass ab 17.30 Uhr, Beginn 19.00 Uhr

Im Shinson Hapkido gibt es eine Vielzahl von Bewegungen und Techniken – diese Vielfalt wird präsentiert von über 100 Danträgerinnen und Danträgern, die aus ganz Europa zusammen gekommen sind und hier gemeinsam ihre Kunst zeigen – unter der künstlerischen Leitung von Sonsanim Ko Myong.

Himmel, Erde und Menschen sind eins. Das möchte die Shinson Hapkido-Familie nicht nur an diesem Abend auf der Bühne zeigen. Die Verbundenheit aller Menschen und das Interesse am Wohlergehen jedes Einzelnen ist ihr auch im Alltag ein Anliegen.

Der Erlös der Einnahmen für die Vorführung geht an das Straßenkinderprojekt „Casa Verde“ in Arequipa/Peru und an den Förderverein für krebserkrankte Kinder Tübingen e.V.

Karten für die Vorführung sind in 3 Kategorien für 12 €, 17 € und 22 € (2 € Ermäßigung für Kinder, Schüler, Studenten, Azubis und behinderte Menschen, mit Ausweis) an der Bonkassette erhältlich.



THE BIG SHINSON HAPKIDO PERFORMANCE

**Thursday, August 5th at 19:00
in the Kreissporthalle.**

Entrance 17:30, Begin 19:00

In Shinson Hapkido, there is a multitude of movements and techniques – this variety will be performed with more than 100 black belts who gather here from all over Europe to demonstrate this art, under the artistic guidance of Sonsanim Ko Myong.

Heaven, Earth and Human beings are one. The Shinson Hapkido Family would like to present this theme not only on the stage tonight, but also in everyday life, the connection of all humans and the interest in the welfare of each is our concern.

The proceeds of the performance will be divided between the street children's project "Casa Verde" in Arequipa/Peru and the "Foundation for Children with Cancer" in Tübingen.

The tickets for the performance cost 12 €, 17 € and 22 € (2 Euro discount for children, students, university students, apprentices and handicapped person with identification card) and are available at the token-desk.

EIN BESUCH IN DER ALTSTADT LOHNT SICH

An unserer Infowand erfahrt Ihr alles über das Camp und Tübingen. Hier bekommt Ihr Informationen über Einkaufsmöglichkeiten, Gastronomie, Baden, Fahrradverleih, Ausflüge, Spaziergänge, Sehenswertes...

In direkter Nähe des Sommerlagers laden Euch der Biergarten der Sportgaststätte, "Da Angelo" zu italienischen Gerichten und der Sudhausbiergarten zu leckeren Salaten und kühlen Getränken unter schattigen Bäumen ein.

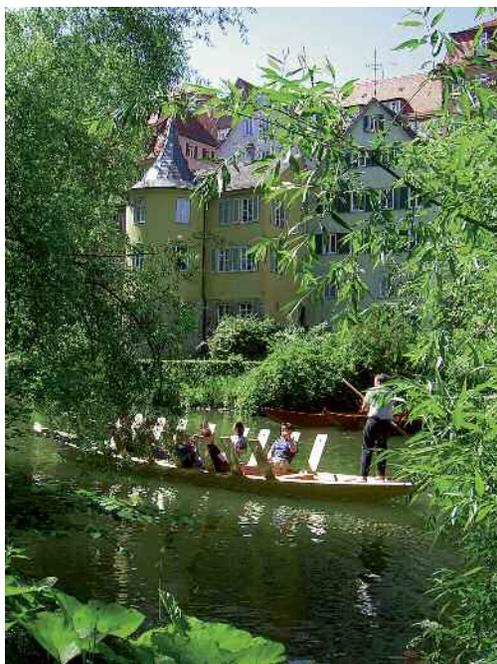
Die Selbstversorger finden neben dem Parkplatz einen Aldimarkt.

Unbedingtes Muss ist ein Besuch in der Altstadt. Nehmt den Linienbus vor der Kreissporthalle, das Fahrrad oder folgt zu Fuß der Steinlach. Nach 25 Gehminuten seid Ihr an der Neckarbrücke mit seiner bekannten Postkartenkulisse.

Geht von dort auf Entdeckungsreise über die Platanenallee, durch die verwinkelten Gassen zum Schloss, steigt auf den Turm der Stiftskirche oder den Steinenbergturm am Klinikum und genießt den Blick über die Altstadt bis zum Albrand.

Taucht in die schwäbische Welt des Wochenmarktes ein, besucht den botanischen Garten, die Kunsthalle, Museen, rudert oder stochert über den Neckar, wandert wie Dichter und Denker dereinst über den Spitzberg zur Wurmlinger Kapelle und atmet das südliche Flair am dortigen Weinberg. Entspannt Euch im wunderschön gelegenen Freibad oder macht Ausflüge zum Kloster Bebenhausen, zur Hohenzollernburg, zu Baggerseen, in den Naturpark Schönbuch oder auf die Schwäbische Alb mit seiner imposanten Landschaft.

Sommerlagerteilnehmer/innen haben am Mittwochnachmittag, den 4. August um 15.00 Uhr die Gelegenheit beim Spaziergang mit Stadtführung oder bei einer Stocherkahnfahrt auf dem Neckar etwas über die historische und sehenswerte Altstadt zu erfahren. Anschließend bieten zahlreiche Straßencafés und Geschäfte die Möglichkeit zum Bummeln und Genießen.



A VISIT TO THE OLD CITY IS WORTH IT

At our information board you can find information about the camp and the city of Tübingen regarding the opportunities of shopping, restaurants, swimming, bicycle rental, excursions, walks, sightseeing...

In the vicinity of the summer camp, you are invited to the beer garden of the sport place, to "Da Angelo" with his Italian specialties and the beer garden of Sudhaus with delicious salads and cold drinks in the shadow under the trees.

For groceries, there is the supermarket Aldi beside the parking lot.

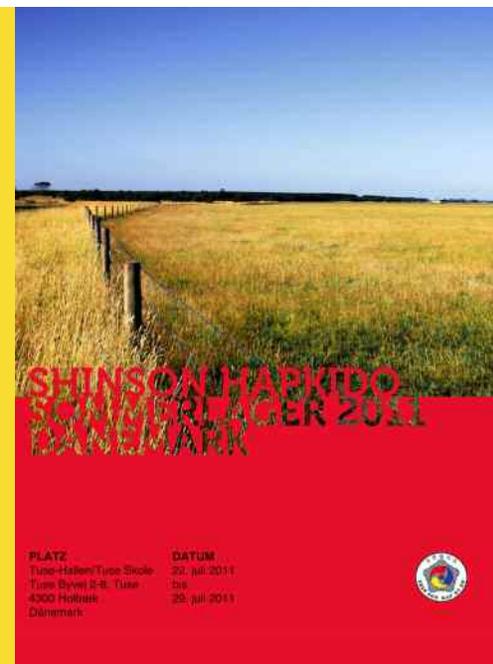
A visit to the old city is an absolute must. You can reach the city with bus departing from the Sport hall, with bicycle or on foot along the Steinlach river. After 25 walking minutes, you reach the Neckar bridge with its typical postcard scenery.

Departing from the bridge you can go on an expedition over the Sycamore tree alley, through the labyrinthine streets, go up the tower of the Stiftskirche or the Steinenberg tower of the Clinics and enjoy the full view of the old city and the Swabian Jura.

Immerse yourself in the world of Swabian farmer's market, visit the Botanical Garden, the Art Gallery, Museums, row or stoke the punt on the Neckar, go on a walk like the poets and thinkers over the Spitzberg to Wurmlinger Chapel and savour the flair of the vineyards. Take a time out in the open air pool or visit the monastery in Bebenhausen, Hohenzollern castle, lakes, the forest of Schönbuch or the Swabian Jura with a wonderful countryside.

On Wednesday, Aug. 04th, at 15:00 the participants of the Summer Camp have the possibility to join the guided city tour or take the punt on the Neckar and enjoy the landmarks of the old city. Afterwards the numerous street cafés and shops offer the opportunity for a stroll and recreation.

**Shinson Hapkido
Sommerlager
in Dänemark
22. - 29. Juli 2011**



SHINSON HAPKIDO-SCHULE TÜBINGEN



Groß und Klein sind herzlich willkommen im Dojang Tübingen



Training ab Rotgürtel. Für alle Gürtelstufen werden spezielle Trainingseinheiten angeboten



Shinson Hapkido mit Musik. Nicht nur Kinder haben Spaß an Bewegung mit Rhythmus



Städtische Aktion "Gesund älter werden". Heilgymnastik im Botanischen Garten 2010



Shinson Hapkido Vorführung am Derendinger Straßenfest 2004



Mit Bewirtungsstand und Vorführung seit 2001 auf dem Stadtfest Tübingen dabei



Trotz Regen gut gelaunt beim Herbstspaziergang 2007



Herbstlehrgang 2008 auf der Schwäbischen Alb

Shinson Hapkido-Schule Tübingen
Sieben-Höfe-Str. 91
72072 Tübingen
Tel. 07071-763979
www.shinsonhapkido-tuebingen.de

Unterrichtszeiten: AnfängerInnen: Di 20–21; Do 10–11 u. 20–21 Uhr
Kinder ab 6 J.: Di 16.45–17.30 Uhr, ab 9 J.,; Do 16.00–17.00 Uhr
Jugendgruppe: Di 17.40–18.40 Uhr
Erwachsene ab 40 Jahren: Di 18.50 –19.50 Uhr
Heilgymnastik: Do 20.00–21.00 Uhr. *Einsteigen ist jederzeit möglich!*