



Vammalan Taekwondoseura antoi räjähtävän lajinäytöksen Torikeskuksessa viime viikonloppuna.

# Taistelulaji on kunnonkohottaja ja notkistaja

**Jaana Grankvist**

Vammalan Taekwondoseura on perustettu vuonna 1990. Usean vuoden hiljaiselon jälkeen seuran toiminta on nyt nostamassa päätään uudelleen. Päävalmentajana on Tampereella asuva, syntyjään puolalainen Mariusz Steckiewicz. Paikallista väriä komeasti edustaa vammalalainen Ismo Mäkinen, joka kuuluu Steckiewiczin luotsaamaan taekwon-do-maajoukkueeseen.

Suomessa on kolmisentuhatta lajin harrastajaa. Vammalan yhdistykseen kuuluu noin 20 jäsentä. Suurin osa heistä on alle 20-vuotiaita.

"Taekwon-do on hyvä kun-

nonkohottaja ja lisää notkeutta. Lisäksi siihen kuuluu henkinen puoli ja aasialainen tapakulttuuri, itsehillintä ja toisten kunnioittaminen", Saija Steckiewicz kertoo.

Lajin perusti muutama vuosi sitten kuollut korealainen Choi Hong Hi. Lajin maailmanliitto perustettiin Itävallassa vuonna 1955. Suosittuihin itämaisiin taistelulajeihin Suomessa lasketaan niin ikään esimerkiksi judo, karate, aikido, jujutsu ja hanmoo-do.

## EM-kisat toukokuussa Hakametsässä

Taekwon-don aloittaminen edellyttää taistelulajin filosofian hyväksymistä ja valan-

vannomisen.

"Lupaann kunnioittaa opettajia ja ylempiä voimia ja lupaan olla käyttämättä taekwon-dota väärin", Saija Steckiewicz latelee.

Laji on hänen mielestään pehmeää urheilua, vaikkakin yksittäinen isku pystyisi tap-

pamaan, ja murskaaminen kuuluu opittaviin lyönteihin ja potkuihin.

"Haastavuus lajissa lisääntyy koko ajan, siksi kait se viehättää varsinkin akateemista väkeä mukaan harrastukseen. Kehitys valkoisesta vyöstä mustaan vyöhön voi tapahtua jo neljässä vuodessa."

"Kun sain ensimmäisen mustan vyöni, käsitin vasta koko lajin ja samalla huomasi, etten tiedäkään vielä mistään mitään", Saija Steckiewicz hahmottaa.

Lajissa käydään runsaasti kilpailuja. Miehillä ja naisilla on omat sarjansa, joissa tehdään määrätty liikesarjat ja murskataan tiiliskiviä tai erivahvuisia lautoja.

Saijan aviomiehellä Mariuszella on yksi Suomen korkeimmista taekwon-dossa saavutettavista voista.

Taekwon-don Euroopan-mestaruuskisat pidetään tänä vuonna Suomessa. Ne otellaan Tampereella Hakametsän jäähallissa toukokuun puolessa välissä.



Taek=potku  
won=nyrkki/isku  
do=mielen tie

## Taekwon-don vyöt ja värit

Taekwon-dossa varsinainen puku on valkoinen kuten useissa muissa itämaisisissa taistelulajeissa. Väiden värien perusteella voi arvioida, kuinka pitkällä harrastaja lajissa on.

**Valkoinen:** Kuvastaa tyhjää paperia, tietämättömyyttä.

**Keltainen:** Tiedon siemen.

**Vihreä:** Versomista.

**Sininen:** Kurkottaa kohti taivasta.

**Punainen:** Kuvastaa vaaraa, erittäin suuri tekninen osaaminen.

**Musta:** Sisältää yhdeksän eri astetta, joista numeromerkinä. Lajin opettajalta edellytetään vähintään neljää "dota".