

Sport →

– De blir bedre mennesker og får bedre liv

Idrettsklubben som mener de gir sine medlemmer et bedre liv, fyller 40 år.



Fra venstre: Anders Røsjø Alaas og Torger Almaas jobber med å trene på høye spark. **FOTO:** JØRN GJERSØE.



Oppdatert: 2 timer siden

Egentlig starter historien allerede for 42 år siden, i 1982.

– Det var da vi begynte å trene sammen, Hans Jørgen og jeg. Da begynte vi hos Jan Erik Lehn i Trondheim, i Nygata 24.

Det sier Trond Damhaug, som er instruktør og styreleder for Fosen NTN Taekwon-Do klubb.

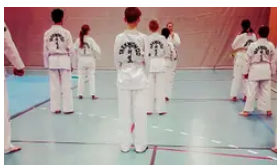
Torsdag 3. oktober markerer klubben at det er 40 år siden de ble oppretta.

– Spennende orientalske tanker

Damhaug husker ikke helt klart hvorfor han begynte med det. Men han får hjelp.

– Det var fordi vi var kampsport-interesserte, på grunn av Bruce Lee. Dette var spennende orientalske tanker på 80-tallet. Jeg fant blant annet fram firemannsteltet, som jeg hang opp og begynte å slå på hjemme, ut ifra en bok jeg leste.

LES OGSÅ:



Flyktningstrøm ga medlemsøkning: – Å bo på landsbygda er gørrkjedelig 

Det forteller Hans Jørgen Helmersen, som er Master og 7. dan. Han har vært hovedtrener siden klubben ble oppretta.

Helmersen forteller at han mange dager i 1982 satt på Epa-senteret, der man i dag finner Byhaven shoppingsenter, i Trondheim.

– Jeg venta på Trond. Så gikk vi fra Epa for å gå og trene.



Hans Jørgen Helmersen, hovedtrener og 7. dan og Trond Damhaug, instruktør og styreleder for Fosen NTN Taekwon-Do. **FOTO:** JØRN GJERSØE.

Fosen NTN Taekwon-Do ble oppretta i Vanvikan i 1984.

– I starten het det Vanvikan taekwon-do klubb, det var i gymsalen på skolen. Vi hadde da grønne belter, så vi inviterte over noen av de med sort belte over fjorden, for oppvisning. Jeg husker at vi tok fem kroner i inngang for å finansiere det og det gikk bra, sier Helmersen.

Han har flere ganger deltatt i VM i taekwon-do. Han har blant annet hentet hjem to VM-gull – fra Athen i 1987 og et gull i VM i Budapest i 1988. I dag er han blant annet dommer under NM i taekwon-do.

Klubben har fostret flere gode utøvere som har vært på landslaget.



Fra venstre: Daria Petryshcheva og Oleksi Krupoder sparrer. I bakgrunnen: Torbjørn Kilsti Hermstad.

FOTO: JØRN GJERSØE.

Gjennom den 40 år lange historien har klubben hatt tilhold både ved Stadsbygd skole, i Rissa og andre steder, før de nå er i Stadsbygd sparebankhallen.

– Veldig bra for det kognitive

Der trenes det hver tirsdag og torsdag fra 18:00 til 19:30.

– Vi er jo en liten farmerklubb. Folk vokser til og flytter ut, så vi mister for hele tida. Men så er det noen av oss som ikke skal ut noe mer, som blir igjen og holder det i gang, sier Helmersen.

– *Hva er de beste argumentene for å bli med og trene teakwon-do?*

– Du får fysikk og helse, men det er også veldig bra for det kognitive. I tillegg er vi verdibasert. Det vil si at vi lærer både barn og voksne å hilse når de kommer inn i en sal, og respekt for rang og seniorer. Det trenger vi i dagens

samfunn. For vi merker at det flyter litt ut. I tillegg får både barn og voksne oppleve mestringsfølelse av å være med, sier Helmersen.

LES OGSÅ:



Her kjører Olaus (18) snøskuter opp et jorde så gresset spruter: – Slipper kjeft 

Han sier at mange voksne mennesker kan være veldig flinke til å gjøre jobben sin.

– Men når det kommer til for eksempel å presentere noe for en forsamling, så stopper det. Men gjennom dette blir det lettere å presentere noe for et publikum.

– De lurte på hva vi gjorde med ungene

Helmersen forteller at han har publisert en tese som ble skrevet i forbindelse med hans gradering til 7. Dan – «freedom of choice».

– Jeg hevder og påstår at man gjennom taekwon-do, med litt litteratur som jeg henviser til, får et bedre liv. Det er fordi du gjør gode valg for deg sjøl. Om det gjelder valg av partner, kjøp av bil eller uansett hva det er, så er du rusta til å ta gode valg og ikke bli lurt.



Fra venstre: Oleksii Krupodor og Ivan Ponich i sparring. **FOTO:** JØRN GJERSØE.

Klubben er opptatt av å formidle at folk som blir med på treningene deres ikke bare blir bedre fysisk, men også bedre på andre områder.

- De blir bedre mennesker og får bedre liv, sier Helmersen.
- Vi fikk tilbakemeldinger fra skolen her på Stadsbygda. Lærerne lurte på hva vi gjorde med ungene. For de endra karakter etter at de begynte hos oss. De var blitt litt mer høflige og hadde mer respekt for lærerne. Så det fungerer, sier Damahug.

LES OGSÅ:



Disse stakk av med tittelen i år: – Det var svært jevnt +

Taekwon-do er en kampsport som fikk sitt navn i 1952 etter forslag fra general Choi Hong Hi, som regnes som grunnleggeren av idretten.

Men selv om det man lærer handler om slag og spark, er klubben klar på at dette ikke skal brukes ute i det virkelige liv.

Klubben har i dag en medlemsmasse på 65 aktive. De har på det meste hatt 110 medlemmer, men har også hatt langt færre enn dagens antall.

Publisert: søndag 29. september 2024 kl. 15:00

Oppdatert: 2 timer siden



UTFORSK TEMA:

STADSBYGD

VANVIKAN

KAMPSPORT

TRONDHEIM

BRUCE LEE

RISSA

ORIENTALSK

0 kommentarer

Denne artikkelen har ingen kommentarer.



Kommentarfeltet er stengt

Kommentarfeltet er åpent kl. 08–16.

Lignende artikler



Vant med mindre motor: – Jeg klarte å beholde roen og kjørte fra dem +



Ny tribune ferdig: – Det ble steinbra +



– Nå må vi hjem å vurdere det hele. Vi får rett og slett se hvilken motivasjon vi har +