



Chon Jie In-Haus Hamburg

Zentrum für Bewegung und Begegnung im Herzen von Hamburg





Herzlich willkommen im Chon Jie In-Haus Hamburg!

Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen das Chon Jie In-Haus Hamburg, ein Zentrum für Bewegung und Begegnung, vorstellen. Wir erzählen, warum wir dieses Haus gegründet haben, welche vielfältigen Angebote sich darin finden und was sich hinter dem koreanischen Namen Chon Jie In verbirgt.

Egal ob Sie unsere offenen heilgymnastischen Angebote nutzen, die Bewegungskunst Shiron Hapkido erlernen oder in angenehmer Atmosphäre Kaffee trinken wollen: Das Chon Jie In-Haus ist ein Ort der Ruhe im Großstadtdschungel, der ideale Rahmen, sich selbst und anderen zu begegnen und die Freude an gemeinsamen Bewegungen (wieder-) zu entdecken.

Neugierig geworden? Kommen Sie vorbei oder sprechen Sie uns an. Sie sind herzlich eingeladen!



Uwe Bujack
(Leiter des Chon Jie In-Hauses Hamburg)



Rtraud Hänlein
(Vorsitzende des Oh Kaeng e.V.)

Wir sind sehr dankbar, an diesem wunderschönen Platz mitten in Hamburg dieses Haus gegründet zu haben. Es haben viele Menschen daran mitgearbeitet, noch mehr haben uns im Hintergrund unterstützt. Auch Ihnen sind wir zu Dank verpflichtet.

한
늘
평
하
락

Grundgedanken

Sonsanim Ko Myong aus Korea (Meditations- und Kampfkunst-Großmeister und Lehrer der koreanischen Medizin) begann vor über 20 Jahren in Europa zu unterrichten und entwickelte Shinson Hapkido als Bewegungs- und Heilkunst. Die Grundideen dieses Trainings wurzeln in einer alten koreanischen Lebens- und Naturphilosophie, der „Lehre zum Wohle der Menschen“.

Der Begriff Chon Jie In geht ebenfalls auf die koreanische Naturphilosophie zurück und bedeutet wörtlich übersetzt: Himmel, Erde und Menschen. Alle Lebewesen, die Natur und das Universum (aus dem die Formen des Lebens entstanden sind) gehören demzufolge untrennbar zusammen.

Für den Einzelnen ergibt sich daraus die Chance, sich selbst als Teil eines Ganzen zu erfahren und zugleich die Verpflichtung, sich und seine Mitmenschen zu achten und mit den Schätzen der Natur verantwortl. umzugehen.

Ziel ist es, ein gesundes, friedfertiges, aber auch eigenverantwortliches Leben zu führen.

Auf Grundlage dieser Ideen wurde im Mai 2003 in Weßern (Odenwald) das erste Chon Jie In-Haus eröffnet.

Chon Jie In-Häuser haben folgende Ziele

Erforschung und Ausbildung auf dem Gebiet der Bewegungskunst, -therapie und Naturheilkunde, der Medizin, Meditation und Musik.

Kulturaustausch und Arbeit für soziale Projekte, Angebote für kranke und benachteiligte Menschen. Verständigung zwischen alten und jungen Menschen, Training in sozialen Brennpunkten.

Was bietet das Chon Jie In-Haus Hamburg?

Auf 500 qm bieten wir in schön gestalteten Räumen ein breites Angebot für alle Altersstufen und Interessen. Es umfasst fortlaufende Kurse, offene Termine und Wochenendseminare. Zudem sind unser Meditationsraum und ein kleines Café für Mitglieder und Gäste geöffnet. Informieren Sie sich über unsere aktuellen Angebote!



1984 begann die erste Gruppe in einem Hinterhof in St. Pauli mit dem regelmäßigen Shinson Hapkido-Training. Nach sechs Jahren bauten wir im Scharzenviertel die erste Hamburger Shinson Hapkido-Schule auf. Gegen Ende der 90er Jahre entstand die Konzeption für ein größeres Bewegungszentrum. Etwa zur gleichen Zeit entwickelte sich in der Auseinandersetzung um die Schließung des Hafentkrankenhauses in St. Pauli die Idee, an gleicher Stelle ein Sozial- und Gesundheitszentrum zu errichten. Mit dieser Idee konnten wir uns sofort identifizieren.

Mit Unterstützung der Stadtentwicklungsbehörde (STEB) und dank des großen ehrenamtlichen Engagements unserer Vereinsmitglieder ist es uns gelungen, in den vergangenen Jahren das Haus 6 des ehemaligen Hafentkrankenhauses zu einem Trainings- und Begegnungszentrum um- und auszubauen. Wir sind organisatorisch eigenständig, kooperieren jedoch mit den über 25 verschiedenen Angeboten des Gesundheitszentrums.



Bewegung für das Leben

1983 brachte der koreanische Son(Zen)- und Hapkidomeister Ko.Myong die traditionelle koreanische Kampfkunst Kung Jung Musul Hapkido, zu deutsch: geheime Kampfkunst des koreanischen Königshauses, nach Europa. Ausgehend vom ersten Trainingszentrum in Darmstadt, entwickelten sich im Laufe der Jahre über 60 Schulen in ganz Europa.

Je länger Sonsanim Ko.Myong in Europa unterrichtete, desto deutlicher stellte sich ihm die Frage nach dem eigentlichen Sinn und Wert von Hapkido in einer ohnehin von Kampf und Konkurrenz bestimmten Welt. Die tiefe Einsicht, dass es an der Zeit sei, einen Weg (Do) der Menschlichkeit weiterzuerweitern, fand 1992 auch in der Änderung des Namens in Shinson Hapkido seinen Ausdruck. Aus der Kampfkunst wurde ein Gesundheitstraining, das lehrt, mit sich selbst, mit anderen Menschen und mit der Natur im Einklang zu leben und die Heilkraft, die jeder Mensch hat, auszubilden und anzuwenden.

Neben der inneren und äußeren Selbstverteidigung werden seitdem eine Vielzahl von Übungen aus den Bereichen Energie- und Atemschulung, Heilgymnastik, Massage und Meditation unterrichtet.

Besonders wichtig ist dabei, dass Shinson Hapkido von allen Menschen erlernt werden kann. Alter, körperliche Kraft oder Fitness sowie religiöse oder politische Überzeugungen spielen dabei keine Rolle. Im Vordergrund stehen Spaß und Freude am gemeinschaftlichen Bewegen.

Wir bieten Gruppen für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren an. Der Unterricht wird von erfahrenen Lehrerinnen und Lehrern geleitet.

Meditation

In unserem Meditationsraum finden Sie Ruhe und Geborgenheit. Der Raum steht während der Öffnungszeiten allen BesucherInnen des Hauses offen. Gäste sind herzlich willkommen.

Zu festgelegten Zeiten finden Kurse und Seminare zum Thema Meditation statt. Chon Jie in Myong Sang (Meditation in Einheit mit Himmel, Erde und Menschen) ist weltanschaulich ungebunden. Begleitet von leichter Gymnastik, findet sie in der Regel im stillen Sitzen statt. Anschließend ist Gelegenheit zum Austausch.



Über das Shinson Hapkido-Training hinaus haben wir viele Angebote, die sich an Menschen wenden, die gezielt etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Chon Jie In-Heilgymnastik

CI-Heilgymnastik beruht auf den Prinzipien der asiatischen Naturheilkunde. Im Westen ist vor allem die Meridianlehre durch Akupunktur und Akupressur bekannt geworden. Diese Lehre wird auch in der Heilgymnastik angewendet. Weitere Schwerpunkte sind Atmung, Rhythmus, und „Innere“ Techniken. Die Bewegungen sind einfach, aber wirkungsvoll und werden sowohl langsam als auch schnell ausgeführt. Auf spielerische Weise können sie helfen, die natürliche Selbstheilungskraft zu wecken, Krankheiten vorzubeugen oder eine Therapie zu begleiten.

Familienclub

Gerade Kinder leiden am meisten unter der Bewegungsmangel des städtischen Lebens. Unser Familienclub bietet Raum, damit Kinder und Eltern mit erfahrenen Anleitern alle Bewegungsmöglichkeiten unseres Hauses ausprobieren können. Es gibt Platz zum Toben und Ausruhen, zum gemeinsamen Spiel und Verweilen. Wir verbinden unsere Erfahrungen aus der asiatischen Bewegungslehre mit Konzepten der Psychomotorik.

Palette und Co.

Menschen mit Suchtproblemen finden hier einen geschützten Rahmen, um gezielt und unter fachkundiger Anleitung ihr eigenes Potenzial und ihre Lebenskraft wieder zu entdecken und für die eigene Gesundheit zu nutzen. Wir arbeiten mit verschiedenen Trägern der Drogenhilfe zusammen. Die Kontaktaufnahme kann über unser Büro oder über die Palette e.V. erfolgen.

Seminare und Kurse

Wir bieten spezielle Angebote für besondere Zielgruppen an, wie z.B. für chronisch Kranke, für Menschen mit Rückenproblemen oder anderen Bewegungseinschränkungen. Dabei arbeiten wir mit kompetenten Partnern wie Ärzten, Ausbildungszentren, Volkshochschulen, Krankenkassen und Schulen zusammen.



Bewegung für das Leben beinhaltet auch Hilfe zur Selbsthilfe für Kranke und benachteiligte Menschen. Soziale Aktivitäten, die über Hamburg hinaus gehen, werden vom gemeinnützigen Chon Jie In e.V. in Webers (Odenwald) koordiniert.

Hier seine wichtigsten Aktivitäten

Han San Chon in Tolsan, Südkorea

Ist ein von evangelischen Diakonieschwestern geleitetes Heim für unheilbar tuberkulose Kranke. Wir unterstützen diese Einrichtung mit Spenden aus Shinson Hapkido-Vorführungen und Benefizveranstaltungen.



Lusaka Stump Mission, Sambia

umfasst eine Schule, eine kleine Klinik sowie einen Kindergarten. Wir unterstützen dieses Projekt, indem wir Medikamente, Spielzeug, Schulsachen und Kleidung sammeln und verschicken.



Casa Verde in Arequipa, Peru

Ist ein Haus für Straßenkinder. Wir unterstützen den Aufbau und die Unterhaltung dieses Heimes mit Spenden und Arbeitsdiensten.



Verständigung von Alt und Jung, Europa

Wir fördern die Begegnung zwischen alten und jungen Menschen, führen Sammelaktionen oder Besuche in Altersheimen durch und möchten so zu mehr Kontakt zwischen den Generationen beitragen.



Mit den Erlösen aus Festivals und Vorführungen wird die bekannte Stiftung „Aktion Mensch“ unterstützt.

Spenden für diese Einrichtungen sind herzlich willkommen. Sie erreichen die Adressaten zu 100 %!

Sommerncamp

Eine der wichtigsten Aktivitäten im Bereich des internationalen Kulturaustauschs ist das Sommerncamp. Es findet jedes Jahr in einem anderen europäischen Land statt. Es richtet sich an alle, die eine erholsame Urlaubswoche in freundlicher Atmosphäre mit einem ganzheitlichen Trainingsangebot verbinden möchten. 2003 fand das 19. Sommerncamp im Süden Hamburgs mit 1300 TeilnehmerInnen aus Europa und Asien statt.

Chon Jie In-Festivals

Einmal im Jahr veranstalten wir ein großes Festival, bei dem wir Shinson Hapkido der Öffentlichkeit vorstellen. Über 100 DanträgerInnen und viele internationale Gäste präsentieren Artistik, Tanz, Kampfkunst und Musik.

Internationale Treffen und Lehrgänge

Mehrmals im Jahr finden in unterschiedlichen Ländern Seminare und Lehrgänge für alle Ausbildungsstufen statt. Dies gewährleistet ein gleich bleibend hohes Niveau in der Ausbildung von SchülerInnen und LehrerInnen und stärkt das Zusammenwachsen der Trainierenden aus verschiedenen Nationen.



Lehrerinnen und Lehrer

Das Unterrichtsteam besteht aus erfahrenen Lehrerinnen und Lehrern, die selbst eine umfassende Ausbildung in Shinson Hapkido absolviert haben und über eine international anerkannte Lizenz verfügen. Viele unserer Lehrkräfte haben darüber hinaus langjährige berufliche Erfahrungen als Pädagogen, Sportwissenschaftler, Heilpraktiker, Mediziner und Physiotherapeuten. Sie stehen auch für Einzelberatungen zur Verfügung.

Organisation

Wir sind Mitglied in der International Shinson Hapkido Association e.V. und bilden das Zentrum des Shinson Hapkido Verbandes Deutschland-Nord e.V. Die offizielle Anerkennung als Freier Träger der Jugendhilfe sowie die Mitgliedschaft im Hamburger Sport Bund (HSB) und dem Verband für Turnen und Freizeit (VTF) sind beantragt.

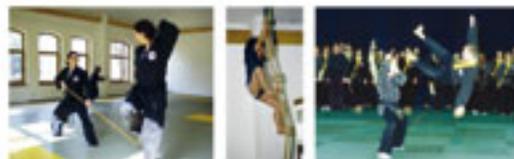
Getragen und verwaltet wird unser Haus vom Verein Oh Haeng e.V. Dieser Verein vertritt gemeinnützige Ziele im Sinne der Gesundheitsförderung, der Jugendhilfe und des Kulturaustauschs und ist vom Finanzamt Hamburg als gemeinnützig anerkannt. Alle Gelder, die in dieses Haus fließen, werden nur im Sinne der Satzung verwendet. Spenden sind steuerlich absetzbar.

Als Mitglied im Trägerverein Gesundheitszentrum St. Pauli kooperieren wir mit verschiedenen Sozial- und Gesundheitsprojekten.



Probetraining

Machen Sie sich ein eigenes Bild von unseren Angeboten. Besuchen Sie uns, oder nehmen Sie an einem Probetraining teil. Sie brauchen nur ein wenig Lust an der Bewegung und leichte Kleidung. Die ersten zwei Wochen trainieren Sie kostenlos!



Lageplan

Sie erreichen uns:
Mit der Bahn: U3 St. Pauli, S1 und S3 Landungsbrücken
Mit dem Auto: Zufahrt über die Seewartenstraße
Kostenlose Besucherparkplätze sind vorhanden
(Parkmünzen erhalten Sie auf dem Gelände)



Offizielle Informationen

Chon Jie In-Haus Hamburg
Gesundheitszentrum St. Pauli
Seewartenstr. 10 Haus 6
20459 Hamburg
Tel: 040-43 18 33 18
Fax: 040-43 18 33 19
Oh_Haeng@t-online.de
www.cj-hh.de

