



## Von Deutschland nach Korea und zurück

### BUNDESTRAINERIN YEON-JI KIM HAT MIT HELENA STANEK ÜBER IHRE TAEKWONDO-ERFAHRUNGEN IN KOREA UND DEUTSCHLAND UND DIE NEUEN AUFGABEN ALS BUNDESTRAINERIN GESPROCHEN.

*Mit 16 Jahren ging die rheinische Frohnatur auf das Taekwondo-Internat in Seoul und ließ Familie und Freunde zurück. Eine Zeit, die prägend aber mit zwei gewonnen WM-Titeln überaus erfolgreich war. Ein interessantes Sportlerleben, gezeichnet von Strenge und Disziplin. Was die heutige Damen-Bundestrainerin damals erlebt hat erzählte sie uns im DTU-ExpertenTALK."*

**Helena:** Wie kam es denn überhaupt dazu, dass du nach Korea gegangen bist? Wie lange hast du in Deutschland gelebt?

**Yeon-Ji:** Ich bin in Aachen geboren und durch meinen Vater, Großmeister Kim Chul-hwan, der leider schon vor anderthalb Jahren verstorben ist, habe ich Taekwondo schon von klein auf gelernt. Da ich die koreanische Nationalität habe, habe ich seit ich 13 oder 14 Jahre alt war, in Korea immer fünfwöchige Sommercamps mitgemacht. Da mir das immer so gefallen hat, habe ich mich dann mit 16 Jahren dazu entschieden, professionell Taekwondo zu betreiben und bin 1997 nach Korea geflogen. Ich war dann für drei



Jahre in der einzigen Sport-High-School in Seoul. Ich habe alle meine Freunde in Deutschland aufgegeben. Das Schwierigste war natürlich die Trennung von meiner Familie. Ich durfte nur einmal im Jahr, im Sommer oder im Winter, für zwei Wochen nach Hause. Meine Eltern haben mich aber auch besucht und eine Freundin von mir war drei Mal da, mit ihr habe ich immer noch Kontakt.

**Helena:** Wie war der Alltag in einem Taekwondo-Internat?

**Yeon-Ji:** Also Morgens um 06:00 Uhr wurden wir mit Trompetenmusik geweckt und dann ging gleich nüchtern das Konditionstraining los. Wir mussten jeden Morgen zum Aufwärmen 10 Runden am Sportplatz laufen. Danach kamen dann noch Treppeläufe und Sprints. Einmal war ich so platt, dass ich umgefallen bin. Da kam der Trainer zu mir, hat mir Salz und Wasser in den Mund gesteckt und gesagt: „Geht schon wieder. Lauf weiter bis du nicht mehr kannst“. Ja, da musste ich natürlich weiter trainieren. Es gab kein „Nein“.

Nach dem Konditionstraining wurde geduscht, gefrühstückt und von 9 bis 13 Uhr hatten wir Schule. Auch das ist oft anders gewesen als in Deutschland. Viele haben einfach nur geschlafen, weil sie so k.o vom Training waren. Danach ging es wieder von 14:30-17 Uhr und 20-22 Uhr ins Training. Wir haben also täglich ca. 8 Stunden trainiert. Wenn wir mal frei hatten, haben wir „nur“ 6 Stunden am Tag trainiert. Dazu kamen dann die ganzen Turniere!

**Helena:** Wie waren die ersten Wochen in Korea, gibt es etwas Bestimmtes, an das du dich erinnerst?

**Yeon-Ji:** Es war nicht so einfach, weil ich damals nicht so gut koreanisch konnte. Alle wussten natürlich, dass ich aus Deutschland kam und eine andere Mentalität habe. Ich habe auch immer gesagt: Deutschland ist das beste Land der Welt. Ich sehe vielleicht wie eine Koreanerin aus, aber im Inneren bin ich deutsch. Ich wurde dadurch schon ein Outsider bei den Koreanern, der gehänselt wurde. Das war natürlich auch nicht leicht, ich bin aber immer ein sehr positiver Mensch geblieben.

**Helena:** Gab es bestimmte Regeln oder Strafen, wenn du mal nicht pünktlich im Training warst oder die Anforderungen nicht erfüllen konntest?

**Yeon-Ji:** Wenn du nicht da bist, dann kommt jemand und weckt dich. Nicht da sein, gab es im Internat nicht. Um 6:15 Uhr ging der Internatsleiter durch alle Zimmer und hat geguckt, ob die Zimmer aufgeräumt und die Decken schön gefaltet sind. Es war wirklich wie in einer Kaserne. Es war auch nicht so, dass man sich nach dem Training einfach hinlegen konnte - wir hatten keine Betten und mussten auf dem Boden schlafen, so wie es für Korea typisch ist. Ich durfte mich in der High-School auch nicht schminken, keine Stöckelschuhe oder Leggings tragen. Man durfte abends auch nicht mehr raus gehen. Am Wochenende wurde immer kontrolliert, ob ich wirklich bei

meiner Oma schlafe. Ansonsten hat man Trainer mich zu sich nach Hause genommen. Alle waren sehr streng und haben rund um die Uhr auf mich aufgepasst, da meine Eltern ja in Deutschland waren. Also wenn ich dann mal für zwei Wochen Zuhause war habe ich Taekwondo auch wirklich beiseitegelegt, war mit meinen Eltern essen, habe meine Freunde besucht und war auch mal wieder in einem Club zum Feiern. Mittlerweile hat sich aber auch in Korea einiges geändert.

**Helena:** Du hast ja dann vier Jahre, nachdem du an der High-School angefangen hast, deinen ersten großen Erfolg gefeiert, den Weltmeistertitel 2001 in Korea. Wie war die Zeit zuvor für die im Nationalteam und waren deine Eltern mit bei der WM?

**Yeon-Ji:** Im Nationalteam war es anfangs nicht einfach sich durchzusetzen, weil immer alle im Kopf hatten, dass ich Deutsche bin. Deswegen wurde ich sehr viel gehänselt. Wenn ich mal schimpfen wollte, dann habe ich auf Deutsch geschimpft, damit mich keiner verstehen konnte. Vor der WM 2001 in Jeju haben die Trainer geredet, wer wohl Gold gewinnt. Bei mir war es so 50/50. Aber mir war es egal, ob die Trainer an mich geglaubt haben oder nicht, ich habe an mich selbst geglaubt. Mein Vater wollte eigentlich unbedingt kommen, weil es auch sein Heimatland ist, aber ich wollte es nicht. Ich wäre dann noch viel nervöser geworden. Dafür ist meine Mutter gekommen, die hat dann immer mit dem Handy meinem Vater berichtet. Nach jedem Kampf hat sie gesagt: deine Tochter hat gewonnen. Ich war so froh, dass ich meinem Vater dann später berichten konnte.

**Helena:** Das koreanische Team gewinnt ja oft bei einer WM vier, fünf oder noch mehr Titeln. Wurden diese Erfolge in Korea auch gefeiert?

**Yeon-Ji:** Das hört sich jetzt vielleicht ein bisschen angebe-

Wir verstehen erkennen planen fotografieren gestalten realisieren !  
beraten texten gestalten realisieren !

HÄTTEN SIE ES GEWUSST?

**GLADE**  
Medienmacher seit 1886

Agentur Druckerei Werbetechnik Vita

Weststraße 52 • 57392 Schmallenberg • Tel. 0 29 72 / 9 77 58-0 • www.glade.de



risch an, aber alle dachten, dass sie Gold holen. Für die Koreaner ist Gold einfach die Nummer 1, Silber oder Bronze sind dort nur Trost-Medaillen. Es geht ja in Korea auch um viel Geld für die Sportlerinnen und Sportler. Gefeierte wurde schon, allerdings leider nicht mit den anderen Ländern, wegen des Images. Ich konnte das verstehen, hab aber trotzdem gefeiert. Heimlich. In Korea hat uns dann der Bezirksrat oder Stadtrat immer zum Essen eingeladen und da haben dann Trainer und Athleten natürlich auch gefeiert.

**Helena: Und dann kam die WM ja 2003 nach Deutschland. Wie war es für dich, dass die WM im eigenen Land stattfand, du aber für ein anderes Land gekämpft hast? Wie bist Du damals mit dem Druck umgegangen?**

**Yeon-Ji:** Also der Druck war da, aber ich muss ehrlich sagen, dass er natürlich weniger war als bei den anderen, die zum ersten Mal im Nationalteam waren. Ich hatte ja schon einmal WM-Gold geholt. Aber ich hatte den Druck, den ich nicht so gut verarbeiten konnte, als ich im Viertelfinale gegen Deutschland gekämpft habe. Die Gegnerin hat es mir nicht einfach gemacht damals. Und es war auch ganz komisch für mich, als Holger dann als Bundestrainer auf der anderen Seite saß. Ich kannte ihn ja von klein auf und konnte alles verstehen, was er gesagt hat. Auch das ganze Publikum feuerte Deutschland an. Da habe ich gedacht, oh Gott, das kann ja noch heiter werden. Bei dieser WM war mein Vater dabei. Er meinte dann zu mir: jetzt hör nicht auf das deutsche Team, sondern konzentriere dich auf deinen Kampf. Bei dieser WM habe mich auch ein bisschen als Reiseführer gefühlt. Ich musste oft für die Trainer übersetzen, aber das hat auch den Druck und die Nervosität im Vorfeld etwas genommen.

**Helena: Und was gab es dann als Belohnung für deinen zweiten WM-Titel?**

**Yeon-Ji:** Mein Vater hat sein Versprechen eingelöst und mir ein Auto gekauft. Als ich aber wieder in Korea war, hat er es allerdings direkt verkauft. Eigentlich war es immer mein Wunsch, wieder zurück nach Deutschland kommen zu dürfen. Jedes Jahr nach einem großen Erfolg. Mein

Vater hatte mir das schon nach meinem ersten WM-Titel versprochen. Nun, nach dem zweiten Titel, hatte ich wieder die Hoffnung, nach Deutschland kommen zu dürfen. Doch es war ja kurz vor den Olympischen Spielen und darum habe ich dann weiter gemacht.

**Helena: Nach der Karriere hast Du für das Nationale Olympische Komitee (NOK) in Korea gearbeitet. Du hast daran mitgewirkt, dass die Olympischen Winterspiele nach Pyeongchang kommen. Kannst du kurz davon erzählen?**

**Yeon-Ji:** Ich habe dann für Korea den Startplatz für die Olympischen Spielen geholt und auch gedacht, dass sie mich für Olympia nominieren. Aber ich habe im Nominierungskampf gegen Hwang Kyung Seon verloren und durfte nicht nach Athen fahren. Das war enttäuschend, aber der Fehler lag bei mir. Ich hätte mehr trainieren müssen. Danach habe ich meine Karriere beendet. Ich habe gedacht, dass ich jetzt meine Sachen packen könnte und wieder nach Aachen gehen würde. Aber dann habe ich einen sehr guten Job beim NOK in Korea bekommen. Das war eigentlich meine zweitgrößte Karriere, die ich in Korea machen konnte. In der meisten Zeit war ich im Olympischen Komitee für den Chef de Mission zuständig. Ich habe die Vorbereitungen für mehrere Olympischen Spiele mitgemacht und 2011 im Bewerbungsteam für die Olympischen Winterspiele in Pyeongchang gearbeitet. Sieben Jahre vorher muss sich ein Land für die Olympischen Spiele bewerben und Korea wollte 2018 unbedingt diese Spiele haben. Gut, dass wir den Zuschlag bekommen haben. Diese Arbeit hat mir sehr viel Spaß gemacht.

**Helena: Und danach bist Du wieder zurück nach Deutschland gegangen?**

**Yeon-Ji:** Ja, durch die Krankheit meines Vaters musste ich dann wieder zurückkommen. 17 Jahre getrennt von den Eltern, das war mir dann genug. Ich musste leider meinen Job aufgeben und bin dann wieder nach Deutschland zurück. Dann habe ich zufällig in Hamburg, bei den German Open, die Deutsche Taekwondo Union (DTU) wiedergesehen, und so kam es, dass ich dann angefangen habe dort zu arbeiten.



**Helena: Du bist ja jetzt Damen-Bundestrainerin in Deutschland. War es am Anfang für dich schwierig, deine Erfahrungen in einer anderen Funktion umzusetzen? Was schätzt du an den deutschen Sportlerinnen?**

**Yeon-Ji:** Ich hatte ja lange keinen Kontakt mit dem Geschehen auf der Matte. Am Anfang war es sehr schwer, da ich auch nicht den täglichen Kontakt mit den Sportlerinnen hatte. Jede Sportlerin ist anders und ich musste so schnell wie möglich versuchen den Charakter zu erkennen. Das war schwer. Es war auch nicht so einfach, die Mentalität, die Kultur, die ich kannte, in Deutschland umzusetzen, da musste ich immer die Mitte finden. Mittlerweile kennen wir uns viel besser und die Kommunikation stimmt. Ich habe auch meine Erfahrungen aus Korea in das Training hier in Deutschland eingebunden. Wir stehen dann zum Beispiel auch um 6:30 Uhr auf und machen Konditionstraining. Es geht nicht nur darum, dass man diese zehn Runden schafft, sondern um die Disziplin. In Deutschland werden wir zwar gut gefördert, es gibt aber leider nicht so viele Sponsoren wie in Korea und dementsprechend auch nicht so viel Prämien. Unsere Damen sind trotzdem sehr fleißig und lieben den Sport. Das schätze ich sehr an ihnen. Man kann nicht immer gut drauf sein und auch nicht immer gewinnen. Aber die Motivation, die Einstellung, die wir z.B. im letzten Korea-Camp hatten; da waren die koreanischen Trainer begeistert. Und ich war sehr stolz auf meine Damen. Ich kenne ja die Coaches und die Trainerinnen dort alle noch von früher. Wir hatten viel Spaß, haben viel von der Vergangenheit geredet. Die freu-



en sich sehr, dass ich im deutschen Team dabei sein kann und finden auch, dass es sehr gut zu mir passt.

**Helena: Planst du auch einmal wie dein Vater einen Verein im Raum Aachen zu übernehmen oder etwas Eigenes auf die Beine zu stellen?**

**Yeon-Ji:** Durch den Job bei der DTU bin ich momentan sehr eingespannt. Ich würde aber die Han Kook Family, die mein Vater gegründet hat, sehr gerne stärken. Generell würde ich mich über eine kleine Deutschlandtour freuen, einfach um ein paar Sichtungslehrgänge durchzuführen. Dadurch könnte man vielleicht mehr Mitglieder bekommen, an die ich die Tipps von meinem Papa weitergeben kann. Das würde ich sehr gerne machen, wenn ich die Zeit dazu habe. Taekwondo ist so ein schöner Sport, der einen mental stärkt und Selbstbewusstsein gibt. Besonders in Deutschland möchte ich das weiter ausbauen. Es gibt natürlich noch koreanische Großmeister in Deutschland, die aber schon etwas älter sind. Ich möchte jetzt auch mit der jüngeren Generation, z.B. mit den Kindern der Großmeister arbeiten. Ich hoffe, dass ich für die DTU und für Deutschland noch eine große Hilfe sein kann. Ich bin auf jeden Fall immer dabei, habe Taekwondo schon immer geliebt und das wird auch in Zukunft so bleiben!

**Liebe Yeon-Ji, vielen Dank für diese Eindrücke aus deinem Leben in Korea und deiner Zeit zurück in Deutschland. Das Video mit dem Jubel-Tanz nach deinem Sieg 2002 bei den Asienspielen.**

