

VULCANO CAMP 2027



PROSPEKT SICILY VULCANO CAMP 2027

Nur für Aktive aus den traditionellen, klassischen bzw. ITF Taekwon-Do Stilrichtungen

Taekwon-Do trifft Feuer, Meer, Kultur & Geschichte

Ein **10-tägiges Taekwon-Do & Kultur-Event** auf der sonnigen Mittelmeerinsel **Sizilien**.
Ausgewogene Trainingsblöcke, intensive Naturerfahrungen, kulturelle Highlights und bewusste Wahrnehmungen des Taekwon-Do
Exklusiv für max. 14 aktive Taekwon-Do Praktizierende.

Hauptattraktionen:

 **Ätna** ·  **Syrakus** ·  **Modica** · **Laghetti Cassibile** ·  **Meer & Strand**

Ort & Organisation

Ort: Pozzallo Pietre Nere Beach

Unterkunft: Villa Mimose Apartmenthotel

Anreise (Flug ist selbst zu organisieren):

Hinflug: FRA → CTA

Rückflug: CTA → FRA

Flug (Richtwerte Stand Sept. 2026 LH):

Direktflug Hin & Zurück (Lufthansa): ca. **337 € p. P.**

Transfer: Kleinbus ab/bis Flughafen Catania.

Alle weiteren Transfers im Preis enthalten

Ankünfte außerhalb der Transferzeiten, bsp. Einzelflug mit Abweichung >2 h vom Abholzeitraum 14:30 – 17:00 müssen selbst organisiert werden. Sonderabsprachen möglich !

Inner Pre Registration until

31. Oktober 2026

Open Pre Registration until **100,-€**
28. February 2026

Inner Registration until

01. January 2027 **600,-€**

Open Registration until

01. March 2027

Final Fee until

30. June 2027 **1900,-€**

Gesamt nur :

im Betrag enthalten:

2600,-€

Unterkunft inkl. Kurtaxe

- +Erstes gemeinsames Abendessen am Freitag
- +Exkursions-Transfers
- +Tourguides
- +Buchungen Trainingshalle
- +Eintritte & Diverses während der Exkursionen
- +Ätna Excursion (Gebühren -Fahrten -Führung & Ausstattung)
- +Letztes gemeinsames Abendessen am Samstag

Unterkunft & Verpflegung

Apartmenthotel Villa le Mimose

Apartments (5-6 Personen)

Doppelbettbelegung

Pool & Gemeinschaftsbereich.

60 m bis zum Strand.

Strandrestaurant Primo Scivolo

Sizilianische Küche

tägl. geöffnet von 10:00 – 23:00

Pizza ab 20:00

Frische Fischküche

Pizza Neapolitana / Pasta / Insalata / Verdura



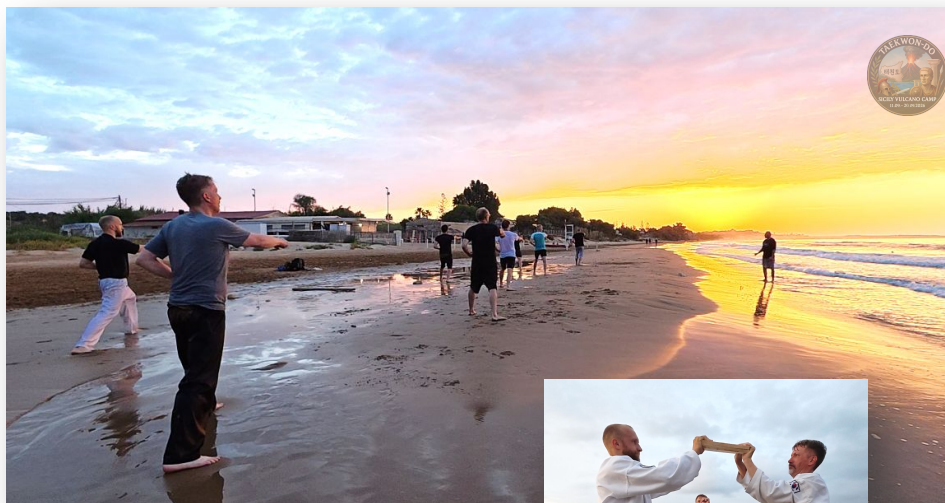
PROSPEKT SICILY VULCANO CAMP 2027

Was erwartet Dich

1 Morgendlicher Strand-Dojang

Trainings bei Sonnenaufgang:
Aufwärmen, Stretching,
Grundtechniken im Sand.

Ziel: Konzentration, Stabilität,
Körperspannung im natürlichen
Umfeld.



2 Ausweich bzw. Hallen Dojang

Partnerübungen, Pratzenarbeit,
Prüfungsvorbereitung

Ziel: Basistraining zur unmittelbaren
Verhältnissetzung mit der Natur

3 Spezialtraining im Meer

Wasser-Kicks, Balance- und
Kombinationsübungen bei Wind & Wellen.

Ziel: Balance, Muskelkraft, Reaktion &
Geschwindigkeitssteigerung.



PROSPEKT SICILY VULCANO CAMP 2027

Was erwartet Dich

4 Taekwon-Do Bergwanderung zum Ätna

Geführte Wanderung auf den größten, aktiven Vulkan Europas. **Fototermin im Dobok**, Drohnenvideos inklusive.

Ziel: Naturerlebnis, Symbolik des Do & mentale Stärke.



**Auf den Spuren der Hwasan Yeongmu
(Vulkan Darbietung)**



PROSPEKT SICILY VULCANO CAMP 2027

Was erwartet Dich

5 Syracuse-Tag – Kampfkunst & Antike

Traditioneller Fisch & Obst & Gemüsemarkt.

Ortigiarundfahrt „Spezial“

Ausflug in die Antike (Neapolis, Griechisches Theater, Ohr des Dionysius).

Ziel: Gemeinschaft. 1000 jährige Europäische Kultur erleben.



6 Modica- Unesco Welterbe

Besichtigung der barocken Stadt im Val di Noto, nach dem Erdbeben von 1693 aufgebaut. Versammelte Pracht des italienischen Barock.

Ziel: Kreativität, Respekt vor Kultur & Geschichte des Erschaffens.



PROSPEKT SICILY VULCANO CAMP 2027

Was erwartet Dich



7 Nachtttraining mit Fackeln

„Torchlight Training“: Formenlauf, Ilbo-Taeryon, etc.

Ziel: Tiefenfokus, veränderte Wahrnehmung des Taekwon-Do

ALLGEMEIN

🧠 Training & Methoden

- **Techniktraining:** Grundtechniken, Tritte, Kombinationen, Spannungsübungen
- **Formentraining:** HWASAN YEONGMU VULKAN Form erlernen
- **Kraft & Ausdauer:** Training im Sand & Wasser
- **Freikampf-Drills:** Reaktion, Partner- & Mehrpersonenübungen
- **Selbstverteidigung:** Szenarien-Training (Wasser, Enge, Strand)
- **Entspannung:** Zen- & Fokusübungen, Meditation
- **Videoaufnahmen / Dronenspezial:** Einzigartige Formen & Technik Perspektiven

8 Laghetti del Cassibile / Cava Grande

Naturerlebnis

Ziel: Taekwon-Do pur in der Natur fernab der Zivilisation.
Bilder fürs Leben



Taekwon-Do. Natur. Kultur. Gemeinschaft.
Ein Camp, das Körper, Geist und Weg verbindet. 🌋🥋🌊

9 Besondere Graduierungsprüfungen
nach Wunsch, bzw. Absprache mit dem
Lehrer



10 Abschlusszeremonie

Strand-Feuer, Feedbackrunde, Ehrungen, Musik & Video-Zusammenschnitt.

Ziel: Würdigung der Leistung & nachhaltige Erinnerung.

Zusätzliches

- Camp-Shirt
- Camp Bag
- Camp Hat
- Certificate of Appreciation
- Taekwon-Do Excursion Medals
- 5 Dojang Erlebnisse (Beach, Water, Hall, Torch & Lava)
- Einzigartige **Vulcano Camp Trophäe**
- Camp Films and Pics

Werde ein Krieger der Hwasan Yeongmu - Vulkankrieger Darbietung



*Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.
Genauer Zeitplan wird vor Ort ausgegeben.*

Prospekt Sicily Vulcano Camp –Info: nqpk.de– whatsapp: 0175-9918553



CAMP Lead Oliver Lehmann

Leiter des traditional Taekwon-Do Sicily Vulcano Camp Dojang



Das traditionelle Taekwon-Do ist nicht nur das was man zuerst davon wahrnimmt. Also es ist nicht nur die Sportschule. Es sind nicht nur die Banner und Plakate.

Das traditionelle Taekwon-Do besteht nicht allein aus den Urkunden, Auszeichnungen und Medaillen oder den beeindruckenden Technikbildern.

Das traditionelle Taekwon-Do besteht schlicht und einfach aus **allen** Menschen die es betreiben.

Sie möchten sich stetig verbessern und investieren viel Zeit um sich weiter zu entwickeln.

Es besteht eben aus Menschen so wie Du einer davon bist !

Du möchtest einen großen Teil der vielen positiven Aspekte, die das Taekwon-Do für dein Leben bereitstellt, entdecken und nutzen.

Deine Großmeister und Meister wollen darüber hinaus ihre Erkenntnisse, ihre Erfahrungen, ihr Können und ihre Eindrücke die ihnen das Taekwon-Do geschenkt hat anderen zugänglich machen.

Dabei erweitern sie ihr Taekwon-Do Spektrum fortlaufend.

Die Passion Taekwon-Do zu erhalten und zu erweitern, beinhaltet eine ganze Welt des Tuns und des Schaffens. Dabei gestalten die Meister gleichzeitig ein an besonderen Eindrücken und Erlebnissen angereichertes Leben für alle, die den Weg mit ihnen gehen möchten.

Das traditionelle „Taekwon-Do Sicily Vulcano Camp“ ist ein beeindruckendes, einzigartiges Erlebnis auf Grundlage des traditionellen Taekwon-Do.

Das muß man erlebt haben. Leben bedeutet erleben !
Hierzu lade ich Dich ein !

Oliver Lehmann, Großmeister

2009 5.DAN Großmeistergrad Portland, Oregon / USA

2012 Erhalt der Ehrenmitgliedschaft im Yeon Moo Kwan Taekwon-Do Verband in Busan / Südkorea

2017 Bulgaksa Tempel-Prüfung zum 6.DAN Großmeistergrad Gyeongju, Provinz Busan/ Südkorea

2024 Prüfung zum 7.DAN Großmeistergrad in Hofheim am Taunus durch den Vorstand und Großmeisterrat des Traditional Taekwon-Do Centers eV.



Unzählige nationale und internationale Lehrgänge darunter USA, Österreich, Italien und Korea.

Persönlicher Schüler von Großmeister Uwe Zimmermann und von 1993 bis 2012 auch von Großmeister Kwon, Jae Hwa

Ausrichter mehrerer Großveranstaltungen mit nationalen und internationalen DAN Trägern

Vollberuflicher Taekwon-Do Meister mit Leidenschaft



Testimonial

Das erste Vulcano Camp 2026

Schon beim Landeanflug auf den Flughafen Catania sah ich diesen mächtigen Berg, aus dessen Gipfel – oder besser Krater – gigantische Rauchsäulen aufstiegen: Der Ätna. Schon dieser allererste Blick aus dem Flugzeug war überwältigend. Was ich da noch nicht ahnte: Unser Großmeister und Sizilien hatte noch so viel mehr für mich parat.

Nach einer einstündigen Fahrt kamen wir an unserer perfekt gelegenen Unterkunft in Pozzallo an. Das Restaurant direkt am Strand, keine 3 Minuten Fußweg bot eine Speisekarte, bei der ich am liebsten gleich alles probiert hätte. Zum Glück sind wir öfter dort gewesen. Wir feierten unser Ankommen, womit der Plan, früh zu Bett zu gehen, hinfällig war. Am ersten Morgen hieß es nämlich schon um kurz nach vier Uhr aufstehen. „Warum mache ich das hier alles bloß?“, habe ich mich in diesem Moment gefragt. Doch während des Trainings bei Sonnenaufgang waren diese Gedanken rasch verflogen. Ich genoss mit der Gruppe das Training in der noch frischen, kühlen Luft direkt am Meer. Während das Rot am östlichen Himmel der hellen Sonne wich und wir unsere Hyongs liefen, erlebten wir einen unbeschreiblichen Moment. So habe ich Taekwon-Do noch nie trainiert. Ich liebte es!

Der erste Tag war ein reiner Trainingstag: morgens bei Sonnenaufgang, mittags im Wasser und abends bei Sonnenuntergang. Jedes Training hatte seinen eigenen Reiz und ein bestimmtes Thema, unter anderem begannen wir zusammen die neue Vulcano Hyong, Wasan Tschong-Mu zu lernen. Bereits am ersten Abend spürten wir alle am ganzen Körper, was es heißt, das Sicily Volcano Camp meistern zu wollen.

Am nächsten Tag stand nach dem allmorgendlichen Training am Strand ein Ausflug nach Ispica an. Ein professioneller italienischer Fremdenführer erzählte uns vieles über die einstigen Höhlenwohnungen und den Stadtkern Ispicas. Nach so viel Taekwon-Do am ersten Tag und der langen Zeit auf den Beinen genossen wir das italienische Eis und die süßen sizilianischen Spezialitäten völlig ohne schlechtes Gewissen. Natürlich ging es vor dem Abendessen noch zu einer weiteren Taekwon-Do-Session an den Strand.

Dann näherte sich der große Tag: der Ausflug zum Ätna. Früh morgens, noch vor der Dämmerung, ging es los. Der Ätna empfing uns mit außergewöhnlich großen Rauchfahnen, die wir schon aus vielen Kilometern Entfernung sahen. Mit einem erfahrenen Guide erklimmen wir die letzten 400 Höhenmeter, Schritt für Schritt durch eine Mondlandschaft. Karg, schwarz, bizarr und gleichzeitig faszinierend. Je höher wir kamen, desto dünner wurde die Luft; auf 3300 Metern spürte man jeden Atemzug. Und dann standen wir am Kraterrand. Der Blick in den Schlund, wo man die Urkraft unseres Planeten nur erahnen konnte, war überwältigend. Ein Moment, der sich nicht in Worte fassen lässt – ehrfurchtgebietend, unvergleichlich.

Als wir weiter unten in unseren weißen Doboks auf dem schwarzen Vulkangestein unsere neue Wasan Tschong-Mu Form liefen, spie der Ätna im Hintergrund weiter seinen Rauch in den Himmel. Ein halbstündiger Gänsehautmoment! Später erfuhren wir, dass der internationale Flughafen an diesem Tag den gesamten Flugverkehr eingestellt hatte – zu viel Vulkanasche in der Luft. Und wir waren an diesen Tag oben, bei Sonnenschein und fast keinem Wind. So viel Glück kann man eigentlich nicht haben!

Auch der folgende Tag war vollgepackt mit Strandtrainings und einem aufregendem Ausflug nach Syrakus – einer alten Stadt Siziliens mit faszinierender Vergangenheit. Auf dem Markt gab es vieles zu probieren. Das erste Mal in meinem Leben kostete ich zusammen mit anderen aus der Gruppe Austern, wobei ich dann doch die getrockneten, süßen Zitruschalen vom Stand nebenan bevorzugte. Die Fahrt mit den kleinen Tuk-Tuks durch die Innenstadt bot neben vielen interessanten Informationen über die Stadt und den Hafen auch sehr lustige Momente, denn ich hatte das „Party-Tuk-Tuk“ erwischt. Einzelheiten bleiben in Sizilien... ;)

Das Aufstellen vor der Kathedrale in unseren Doboks war erneut ein überwältigendes Moment. Überall, wo wir auftauchten, wurden Smartphones gezückt. Gefühlt wurden wir öfter fotografiert und gefilmt als die vielen historischen Gebäude um uns herum.

Der darauf folgenden Tag widmete sich ganz dem Taekwon-Do. Dreimal am Tag zehrten Strand- bzw. Wassertrainings an der Kondition und der Kraft eines jeden einzelnen Vulcano-Kämpfers. Vor allem die Prüflinge zum 1. und 2. Dan mussten im Indoor-Dojang ihr Können immer wieder unter Beweis stellen. Dieses Training war aber nicht nur für sie außergewöhnlich anstrengend, intensiv und kraftvoll. Die Energie, die wir in den ersten Tagen vom Training, von der Umgebung, dem Erlebten und der Gruppe selbst aufgesaugt hatten, entlud sich in diesem Training bei jedem einzelnen.

Die Woche war schon zu zwei Dritteln vorbei, aber der Kopf war frei von Alltagsorgen und alle waren nahezu ausschließlich auf unser Taekwon-Do fokussiert. Das war Urlaub für die Seele! In diesem Moment wurde uns klar, dass der Stress, der strenge Zeitplan und das anfängliche Nicht-zur-Ruhe-Kommen der ersten Tage fest zum Trainingslager dazugehörten. Nur so gelangte man zu diesem freien Kopf und dem aktuellen körperlichen Fitnesszustand.

Nach einer weiteren Exkursion – dieses Mal nach Noto – und weiteren tausend Fotos, die Passanten und Touristen von uns vor der Kathedrale machten, endete der Tag mit einem weiteren Highlight: Am Abend präparierten wir unsere Trainingsfläche am Strand mit Fackeln. Die Sonne ging unter und wir trainierten gemeinsam zwischen den flackernden Feuer, über uns der helle Mond. Der nächste magische Moment.

Der letzte Trainingstag am Strand hatte es noch einmal in sich. Die letzten Prüfungselemente für alle Farb- und Schwarzgurtprüfungen wurden unter spektakulären Bedingungen am Strand absolviert. Der Tag endete mit einer zeremoniellen Übergabe von vielen Medaillen, dem Sicily Camp 2026-Pokal, einer extravagant designten Urkunde sowie vielen kleinen Geschenken und Aufmerksamkeiten. Gefeierte wurde das Ganze schließlich bei einem gemeinsamen, ausgelassenen Grillabend am Pool.

Rückblickend ist die Zeit extrem schnell verflogen. Körperlich völlig erschöpft, aber übergelukkig ging es zurück zum Flughafen Richtung Heimat. Diese hervorragende organisierte und spektakuläre Woche wird mir für immer im Gedächtnis bleiben.

Vielen Dank, Sabum-nim!
Sascha