

TAEKWONDO – BREITENSORTLEHRGANG IN HAMBURG

Veranstalter : TANGUN – Hamburg e. V (Spitzensportverein der DTU)
Ausrichter : TANGUN – Hamburg e. V. Wieckstr. 37 - 39 , 22527 HH
Verantwortlich : Oktay Cakir
Ort: Große Sporthalle des ATH Gymnasium, Wegenkamp
Hallenöffnung ab: 10:00 Uhr
Datum : 4.11.2023
Gebühren : 25,- € bei Anmeldungen bis zum 31.10.2023.
Kinder 20,-€
Am Lehrgangstag: 30,-€ !!!! (für die Kinder 25,-€)
Anmeldungen an : oktay@tangun.de oder per Telefon unter : 040 / 491 21 04.

Breitensportlehrgang für alle Tae Kwon Do Sportler/innen ab 8. Kup (empfohlen).
Dieser Lehrgang dient auch als Vorbereitung für Kup/Danprüfungen sowie Kampf-und Technikturniere im Anfängerbereich.
Da wir auch den klassischen Bereich des Taekwondo anbieten, ist dieser Lehrgang hervorragend für die Generationen Ü30, Ü40 und Ü50 geeignet.

Für die Wettkampfeinheiten bitten wir euch Pratzten (wenn vorhanden) mitzubringen . Wir werden einige Pratzten zur Verfügung stellen können. Aus hygienischen Gründen sollten alle anderen Schützer selber mitgebracht werden. Obst und Getränke werden kostenlos für alle Lehrgangsteilnehmer/ innen zur Verfügung gestellt.

DIE REFERENTEN

| | | |
|--------------------|--------|--|
| Manfred Zakrzewicz | 9. Dan | Bereich: Klassisches Taekwondo |
| Oktay Cakir | 8. Dan | Bereich: Kindertraining, Poomsae und Hyong, Innere und äußere Kräfte |
| Markus Tunnat | 5. Dan | Bereich: Hyongs |
| Jörg Golze | 4. Dan | Bereich: SV und Recht |
| Steven Borck | 3. Dan | Bereich: Poomsae ab 9. Form |

Special Guest: Für den Bereich Wettkampf für Kinder ohne Turnier Erfahrung.
TAKRIM MIRZA Teilnehmer bei den Olympischen Spielen für Studierende in China 2023

STUNDENPLAN FÜR DEN 4.11.2023

| | Halle 1 | Halle 2 |
|-------------------|---|--|
| 11:00 – 12:00 Uhr | Klassisches Taekwondo – Grundlagen für alle | Grundlagen und Spiele für Kinder |
| 12:10 – 13:10 Uhr | Selbstverteidigung und Recht | Poomsae und Einschrittkampf für Kinder |
| 13:10 – 13:45 Uhr | Pause für alle | |
| 13:45 – 15:00 Uhr | HYONG und POOMSAE 1. bis 8. Form | Wettkampftraining für Kinder ohne Turnier Erfahrung mit TAKRIM MIRZA |
| 15:15 – 16:15 Uhr | Hyongs ab 9. Form | Poomsae ab 9. Form |
| 16:15 – 17:15 Uhr | Innere und äußere Kräfte die Prinzipien beim Wing Chung Kung Fu | |

„In Abstimmung mit dem Bildungsreferenten der TUH und im Einklang mit der Anerkennungsrichtlinie der DTU wird dieser Lehrgang als Landesbreitensportlehrgang mit 2,5 LE für die Wiederausstellung von Trainer C-/B-Lizenzen anerkannt.“

Die Teilnehmer/ innen . erklären sich mit der Anmeldung bereit, dass ihr Name, Vorname, Graduierung als Film – oder Foto veröffentlicht werden kann (z.B. auf einer Homepage).
Der Ausrichter / Veranstalter übernimmt keine Haftung für Sach -und Personenschäden.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Lehrgang .