

CHUNG MU Elmshorn

Verein für TAEKWONDO



Ausschreibung

Selbstverteidigungs-Intensivseminar bei CHUNG MU Elmshorn

Termin Sa. 4. März 2023

Zeitplan: 10:00 Uhr Hallenöffnung

10:30 – 12.30 Uhr	1. TE	allgem. Basics
12:30 – 13.00 Uhr	Pause	
13.00 – 14.30 Uhr	2. TE	Boden
14:30 – 15:00 Uhr	Pause	
15.00 – ca. 16.30 Uhr	3. TE	Stock / Messer
ab ca. 16:30 Uhr	Feedback	

Trainingsziel: Umsetzung der Vorgaben aus der Prüfungsordnung der Deutschen Taekwondo Union

Teilnehmer: **1. + 2. TE** ab **mind. 12 Jahre** und älter
3. TE ab **mind. 14 Jahre** und älter
Für alle an der Selbstverteidigung interessierte Sportler/innen aller Stilrichtungen und Graduierungen

Ort: Sporthalle Ramskamp, Hainholzer Schulstr.41, 25337 Elmshorn
Parken/**Navi:** Parkplatz am Sportzentrum, **Ramskamp 2**

Lehrgangsgebühr: Jugendliche 12 + 13 Jahre je 15,- € je Teilnehmer/in
ab 14 Jahre je 20,- € je Teilnehmer/in

Trainer: **Alfred Gehlen**, 9. Dan GTS, 8. Dan Taekwondo

Mitzubringen: Bitte eigenen Stock und Trainingsmesser

**Haftung: Veranstalter & Ausrichter lehnen jede Haftung ab.
Teilnahme ausdrücklich auf eigene Gefahr.**

Anmeldung: **Verbindliche Anmeldung** (möglichst vereinsweise), senden an: Wolfgang Thormählen, wthormaehlen@aol.com
bitte beiliegenden Anmeldevordruck nutzen.
Bezahlung der Lehrgangsgebühr bitte vor Lehrgangsbeginn in der Halle (ebenfalls bitte möglichst vereinsweise)

Es gelten die am Lehrgangstag gültigen Corona-, Abstands- und Hygieneregeln des Landes Schleswig-Holstein

Herzliche Grüße, euer

Wolfgang Thormählen

Teilnehmerliste SV-Seminar am 4. März 2023 in Elmshorn

Nr.	Name	Vorname	Alter	Grad		Verein
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Bei Anreise mit dem PKW sollte der Parkplatz an der Waldorfschule und dann der Fußweg zur Schooltwiete genutzt werden.



