

Tae Kwon Do – Osterlehrgang in Hamburg am 16.04.2022

Veranstalter : TANGUN – Hamburg e. V. , Ausrichter : TANGUN – Hamburg e. V.
Verantwortlich : Oktay und Tanja Cakir Ort: Große Sporthalle ATH Gymnasium im Wegenkamp

Breitensportlehrgang für alle Tae Kwon Do begeisterte Sportlerinnen und Sportler ab 9. Kup. Dieser Lehrgang soll Sportlerinnen und Sportler auf die kommenden TKD – Events und auf Kup und Dan – Prüfungen vorbereiten. Die Teilnehmer/ innen können sich ihre Einheiten aussuchen und sind nicht an Kup - oder Dan - Graduierungen gebunden.

Der Lehrgang startet um 11:00Uhr (Einlass ab 10:00 Uhr)

Datum : 16.04.2022

Gebühren: Erwachsene : 25,-€ /// Kinder : 19,- € zahlbar in der Sporthalle

Anmeldung an : oktay@tangun.de oder per Telefon unter : 040 / 491 21 04.

Spätestens bis zum 13.04.2022 bei zu geringer Teilnehmer/innenzahl sehen wir uns gezwungen den Osterlehrgang abzusagen.

Süßigkeiten, Obst und Getränke werden kostenlos für alle Lehrgangsteilnehmer/ innen zur Verfügung gestellt.

DIE REFERENTEN

Oktay Cakir	8. Dan, Trainer A – Lizenz des DOSB
Manfred Zakrzewicz	8. Dan, Trainer B – Lizenz des DOSB
Tanja Cakir	6. Dan, Trainer B – Lizenz des DOSB
Jörg Golze	4. Dan, SV Experte aus Uelzen
Steven Borck	3. Dan, Bundeskampfrichter Poomsae DTU

STUNDENPLAN FÜR DEN 16.04.2022

	Halle 1	Halle 2 (alle Kinder -12J.)
11:00 – 11:45 Uhr	Gymnastik und Grundlagen mit Tanja	Aufwärmen mit Oktay
12:00 – 13:00 Uhr	Selbstverteidigung mit Jörg	Kids Prüfungsprogramme Formen
13:15 – 14:15 Uhr	Taekwondo Spezial mit „Zacki „	Kids Einschrittkampf mit Oktay
14:30 - 15:30 Uhr	Poomsae mit Steven	Kids Wettkampftraining und Spiele mit Oktay
15:45 – 16:45 Uhr	Hyongs mit Oktay	

Die Teilnehmer/ innen . erklären sich mit der Anmeldung bereit, dass ihr Name, Vorname und /oder Graduierung als Film und /oder als Foto veröffentlicht werden kann (z.B. auf einer Homepage). Der Ausrichter / Veranstalter übernimmt keine Haftung für Sach -und Personenschäden. Aus behördlichen Gründen und gesetzlichen Vorgaben können wir diesen Lehrgang nur unter 3 G Bedingungen anbieten. Die Maskenpflicht vor und nach dem Sport ist einzuhalten. Zuschauer/innen müssen eine Maske tragen.

Wir wünschen euch einen erfolgreichen Lehrgang .