

A U S S C H R E I B U N G

TVSH-Breitensportlehrgang Jugend

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Malte Mergner – TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport
Paul Heinrich – TVSH-Jugendleiter
- Ausrichter:** TuS Esingen e.V.
- Datum:** **Samstag, 03. Oktober 2015**
- Ort/Halle:** Sporthalle II der Klaus-Groth-Schule Tornesch
Klaus-Groth-Straße 11, 25436 Tornesch
- Teilnehmer:** TKD-Sportler ab 10. Kup, bis 21 Jahre
- Zeitplan / Themen:** 9³⁰ Uhr: Hallenöffnung
10⁰⁰ Uhr – 10³⁰ Uhr: gemeinsames Aufwärmen

Halle 1: Ken-Levan Jordt

- | | | |
|--|-------------|--------------|
| 10 ³⁰ Uhr – 11 ³⁰ Uhr: | 1. Einheit: | Poomsae |
| 11 ³⁰ Uhr – 11 ⁴⁵ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 11 ⁴⁵ Uhr – 12 ⁴⁵ Uhr: | 2. Einheit: | Poomsae |
| 12 ⁴⁵ Uhr – 13 ⁰⁰ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 13 ⁰⁰ Uhr – 14 ⁰⁰ Uhr: | 3. Einheit: | Poomsae |

Halle 2: Denise Liedtke

- | | | |
|--|-------------|--------------|
| 10 ³⁰ Uhr – 11 ³⁰ Uhr: | 1. Einheit: | Vollkontakt |
| 11 ³⁰ Uhr – 11 ⁴⁵ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 11 ⁴⁵ Uhr – 12 ⁴⁵ Uhr: | 2. Einheit: | Vollkontakt |
| 12 ⁴⁵ Uhr – 13 ⁰⁰ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 13 ⁰⁰ Uhr – 14 ⁰⁰ Uhr: | 3. Einheit: | Vollkontakt |

Halle 3: Fabian Thomann

- | | | |
|--|-------------|--------------------|
| 10 ³⁰ Uhr – 11 ³⁰ Uhr: | 1. Einheit: | Selbstverteidigung |
| 11 ³⁰ Uhr – 11 ⁴⁵ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 11 ⁴⁵ Uhr – 12 ⁴⁵ Uhr: | 2. Einheit: | Selbstverteidigung |
| 12 ⁴⁵ Uhr – 13 ⁰⁰ Uhr: | Pause: | Spiel & Spaß |
| 13 ⁰⁰ Uhr – 14 ⁰⁰ Uhr: | 3. Einheit: | Einschrittkampf |



- Referenten:** Ken-Levan Jordt, 3. Dan
Denise Liedtke, TVSH-Landestrainerin Vollkontakt, 2. Dan
Fabian Thomann, 3. Dan
- Kosten:** TVSH-Sportler: 5,00 €
andere: 10,00 €
- Anmeldungen:** nicht erforderlich
- Rückfragen:** Malte Mergner
Tel. (04322) 7519931, E-Mail: vp-technik@tv-sh.de
- Mitzubringen:** DTU-Pass, Dobok, Hallenturnschuhe, Stock, Messer, Pratzen, vollständige Schutzausrüstung, DTU-Poomsae-Cards, eigenes Bruchtestmaterial, Schreibzeug, eigene Verpflegung.
- Haftung:** Der Veranstalter sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.

Mit freundlichen Grüßen

Malte Mergner
TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport

Paul Heinrich
TVSH-Jugendleiter