

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

TVSH-Breitensportlehrgang

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Malte Mergner – TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport
Paul Heinrich – TVSH-Jugendleiter
- Ausrichter:** MTV Ellerhoop
- Datum:** **Sonntag, 04. November 2018**
- Ort/Halle:** Klaus-Göttsche-Sporthalle
An der Schule 2A
25373 Ellerhoop
- Teilnehmer:** TKD-Sportler ab 10. Kup, bis 21 Jahre
- Zeitplan / Themen:** 10⁰⁰ Uhr: Hallenöffnung
10³⁰ Uhr – 11⁰⁰ Uhr: gemeinsames Aufwärmen
- Halle 1: Denise Liedtke
11⁰⁰ Uhr – 12⁰⁰ Uhr: 1. Einheit: Vollkontakt (ab 13 Jahre)
12⁰⁰ Uhr – 12¹⁵ Uhr: Pause
12¹⁵ Uhr – 13¹⁵ Uhr: 2. Einheit: Vollkontakt (bis 12 Jahre)
- Halle 2: Oliver Just
11⁰⁰ Uhr – 12⁰⁰ Uhr: 1. Einheit: Selbstverteidigung (bis 12 Jahre)
12⁰⁰ Uhr – 12¹⁵ Uhr: Pause
12¹⁵ Uhr – 13¹⁵ Uhr: 2. Einheit: Selbstverteidigung (ab 12 Jahre)
- Referenten:** Oliver Just, Bildungsreferent der TUH, 4. Dan
Denise Liedtke, Landestrainerin Vollkontakt, 2. Dan
- Kosten:** TVSH-Sportler: 5,00 €
andere: 10,00 €
- Anmeldungen:** nicht erforderlich
- Rückfragen:** Paul Heinrich
Tel. (01577) 9508139, E-Mail: heinrich@tv-sh.de



Mitzubringen: DTU-Pass, Dobok, Hallenturnschuhe, Pratzen, vollständige Schutzausrüstung, 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