



AUSSCHREIBUNG

TVSH-Breitensportlehrgang Poomsae III

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Malte Mergner – TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport
- Ausrichter:** Bushido Bordesholm - Wattenbek e.V.
- Datum:** **Samstag, 21. September 2019**
- Ort/Halle:** kleine Halle der Hans-Brüggemann-Schule
Langenheisch 27 – 29, 24582 Bordesholm
- Teilnehmer:** TKD-Sportler ab 9. Kup
- Zeitplan / Themen:**
- | | |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 9 ⁴⁵ Uhr: | Hallenöffnung |
| 10 ⁰⁰ – 11 ³⁰ Uhr: | 1. Einheit: gemeinsames Aufwärmen & Taeguk 1, 2, 3 |
| 11 ³⁰ – 13 ⁰⁰ Uhr: | 2. Einheit: Taeguk 4, 5, 6 |
| 13 ⁰⁰ – 14 ³⁰ Uhr: | 3. Einheit: Taeguk 7, 8, 9 |
| 14 ³⁰ – 16 ⁰⁰ Uhr: | 4. Einheit: Poomsae Kumgang bis Poomsae Chonkwon |
- Referenten:** Martin Paust, TVSH-Landestrainer Technik, 6. Dan
Kim Berthold, TVSH-Assistenz-Landestrainerin Technik, 3. Dan
Ken-Levan Jordt, Mitglied des TVSH Landeskaders Technik, 4. Dan
- Kosten:** TVSH-Sportler: keine, übernimmt der TVSH
andere: 10,00 €
- Anmeldungen:** nicht erforderlich
- Rückfragen:** Malte Mergner
Tel. (04322) 7519931, E-Mail: mergner@tvsh-mail.de
- Mitzubringen:** DTU-Pass, Dobok, Hallenturnschuhe, Schreibzeug, eigene Verpflegung.
- Haftung:** Der Veranstalter sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.
- Hinweis:** In den Einheiten 2 bis 4 findet kein gemeinsames Aufwärmen statt. Bitte rechtzeitig erscheinen und vor Beginn der Einheit selbstständig erwärmen.