



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

TVSH-Breitensportlehrgang Vollkontakt IV

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Malte Mergner – TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport
- Ausrichter:** Moo Rim San e.V.
- Datum:** **Samstag, 29. November 2025**
- Ort/Halle:** Sporthalle am Lakweg,
Lakweg 4, 24568 Kaltenkirchen
- Teilnehmer:** **ausschließlich TVSH** TKD-Sportler ab 10. Kup
- Zeitplan / Themen:**
- | | | |
|--|-------------|--|
| 10 ⁰⁰ – 11 ³⁰ Uhr: | 1. Einheit: | Basis-Training
Anfänger & Fortgeschrittene |
| 11 ³⁰ – 12 ⁰⁰ Uhr: | Pause | |
| 12 ⁰⁰ – 13 ³⁰ Uhr: | 2. Einheit: | Basis-Training
Anfänger & Fortgeschrittene |
| 13 ³⁰ – 14 ⁰⁰ Uhr: | Pause | |
| 14 ⁰⁰ – 16 ⁰⁰ Uhr: | 3. Einheit: | Sparring & Pratzensparring
(Teilnahme nur mit vollst. Schutzausrüstung) |
- Referenten:** Denise Liedtke, TVSH-Landestrainerin Vollkontakt, 4. Dan
Ismail Göcmen, TVSH-Landestrainer Vollkontakt, 7. Dan
Andreas Lefort, TVSH-Landestrainer Vollkontakt, 4. Dan
- Kosten:** keine, übernimmt der TVSH
- Anmeldungen:** nicht erforderlich
- Rückfragen:** Malte Mergner
E-Mail: mergner@tvsh-mail.de
- Mitzubringen:** DTU-Pass, Dobok, vollständige Schutzausrüstung (zwingend erforderlich für eine Teilnahme am Sparring), Prätzen, Hallenturnschuhe, Schreibzeug, eigene Verpflegung.
- Haftung:** Der Veranstalter sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.