



## AUSSCHREIBUNG

### TVSH-Breitensportlehrgang Vollkontakt II

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Malte Mergner – TVSH-Vizepräsident Technik & Breitensport
- Ausrichter:** Moo Rim San e.V.
- Datum:** **Samstag, 09. Mai 2026**
- Ort/Halle:** Sporthalle am Lakweg,  
Lakweg 4, 24568 Kaltenkirchen
- Teilnehmer:** **ausschließlich TVSH** TKD-Sportler ab 10. Kup
- Zeitplan / Themen:**
- |  |             |  |
|--|-------------|--|
| 10 <sup>00</sup> – 11 <sup>30</sup> Uhr: | 1. Einheit: | Basis-Training<br>Anfänger & Fortgeschrittene                              |
| 11 <sup>30</sup> – 12 <sup>00</sup> Uhr: | Pause       |  |
| 12 <sup>00</sup> – 13 <sup>30</sup> Uhr: | 2. Einheit: | Basis-Training<br>Anfänger & Fortgeschrittene                              |
| 13 <sup>30</sup> – 14 <sup>00</sup> Uhr: | Pause       |  |
| 14 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> Uhr: | 3. Einheit: | Sparring & Pratzensparring<br>(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](mailto:mergner@tvsh-mail.de)
- Mitzubringen:** DTU-Pass, Dobok, vollständige Schutzausrüstung (zwingend erforderlich für eine Teilnahme am Sparring), Pratzen, Hallenturnschuhe, Schreibzeug, eigene Verpflegung.
- Haftung:** Der Veranstalter sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.