

3.Ispringer Tageslehrgang



Veranstalter : Taekwon Do Club Dojang Ispringen
Datum : Samstag den 17.07.2010
Ort : Ispringen bei Pforzheim , Halle beim Schwimmbad
Turnstrasse, Ausschilderung folgen

Einlass : ab 9:00 Uhr **Beginn :** 10:00 Uhr

Mittagspause : 13.45 - 14:45 Uhr

Grillfest : Der Lehrgang endet ca. 17:00 Uhr - direkt im Anschluss geht's zum Grillen!

Referenten : **Achim Hanke**, 7. Dan Ju Jutsu, Trainer A- Lizenz , 7.Dan Czech Svaz Fighting
5. Dan Judo, 3. Dan Jiu Jitsu, 2. Dan TKD , Nationaltrainer Tschechien
Yasar Körbulak 5. Dan TKD mehrfacher Badenwürttemberg. Meister Formen
Jin Kwak, 6. Dan TKD Jugendreferent der TUBW, Gründungsmitglied
TAEPOONG-Demo Team

Teilnahmegebühr 10 € pro Person bei Vorausüberweisung
unter 14 Jahre ist die Teilnahme am Lehrgang frei!

Bankverbindung :

Empfänger: Dojang Ispringen

Sparkasse Pforzheim BLZ 666 500 85

Konto Nr. 934453

Verwendungszweck : Tageslehrgang

13 € bei Nachmeldungen am Lehrgangstag

Anmeldeschluss : Für unsere Planung wäre es wichtig, dass eure Anmeldungen
bis spätestens **10.07.2010** eingegangen sind.

Kontakt : TKD Club Dojang Ispringen, www.tkd-ispringen.de
Uwe Hemminger 0174 322 5631, Frank Folz 0160 9786 55 52
Mail info: frank@folz-transporte.de

Mitzubringen : Pratzen, Kampfweste, Stock , Messer

Während des Lehrgangs ist für Speisen und Trank bestens gesorgt.

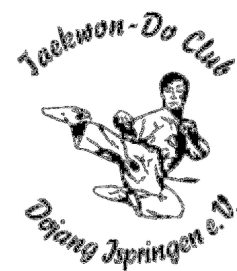
**Dieser Lehrgang wird als externe Lehrgangsstunden zur Trainer C+B Ausbildung der
TUBW anerkannt und im DTU Pass abgestempelt.**

**Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung für Sach- und Personen-
Schäden. Die Haftungsvereinbarung wird durch die Anmeldung anerkannt.**

**Am Anschluß an den Lehrgang findet in der Nähe der Halle eine kleine Grillparty statt. Für
Verpflegung zum Unkostenbeitrag werden wir sorgen!! Gute Laune bringt Ihr mit!**

Anmeldung zum 3 Ispringer Tageslehrgang am 17.07.2010

An Frank Folz, Breitwiese 1, 75203 Königsbach-Stein, Tel. 0160 9786 5552
Fax 07232 2828, mail : frank@folz-transporte.de



Verein :
Anzahl der Teilnehmer :
Verantwortlicher:
Adresse:
Telefon:.....
e-mail :

Anmeldeschluss 10.07.2010!!

Die Anmeldegebühr bitte auf folgendes Konto überweisen
10 € pro Person bei Vorausüberweisung
Bankverbindung : Sparkasse Pforzheim BLZ 666 500 85
Konto Nr. 934453 Verwendungszweck : Tageslehrgang 2010 + Vereinsname!!

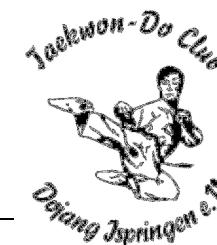
Bitte füllt für unsere Vorbereitung die **Teilnehmerliste für eure Gruppe** aus (kleinere Korrekturen am Lehrgangstag mitbringen)
Und kreuzt bitte an, wer von euch zum Grillen am Abend mitkommen möchte!?

Nr.	Name	Vorname	Alter	Gürtel-grad	Grillfest (X)	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Programm

Beginn 10 Uhr!!

3. Ispringer Tageslehrgang 17.07.2010



Uhrzeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	kleine Gymnastikhalle
10:00 - 10:35	Gemeinsames Aufwärmen und Dehnen			
10:45 - 12:00	Selbstverteidigung mit Achim Hanke	Wettkampftraining mit Pratze und Weste mit Jin Kwak	Poomse mit Yasar Körbulak	Tai Chi+ Qigong mit Alexandra-Ch. Harth
12:00 - 12:30	Kleine Pause			
12:30 - 13:45	Selbstverteidigung mit Achim Hanke	Wettkampftraining mit Pratze und Weste mit Jin Kwak	Poomse mit Yasar Körbulak	
13:45 - 14:45	Mittagspause!			
14:45 - 16:15	Selbstverteidigung mit Achim Hanke	Wettkampftraining mit Pratze und Weste mit Jin Kwak	Poomse mit Yasar Körbulak	Tai Chi+ Qigong mit Alexandra-Ch. Harth
16:15 - 16:30	Trainingsausklang			
Ab 17:00	Im Anschluss an den Lehrgang geht's zum Grillen (5 Minuten von der Trainingshalle)			