# 1. Mutlanger Breitensportlehrgang

Sportgemeinschaft
Mutlangen e.V.

TAEKWONDO
Löwen - Familie
HERTÄG

Ausrichter: SG Mutlangen e.V.

Organisation: Kathrin Hertäg

Ort: Heidehalle Mutlangen; Feldstraße 42, 73557 Mutlangen

Datum: Samstag, 16.09.2023

Zeitplan: 9.00 Uhr – Registratur; 10.00 Uhr – Begrüßung;10.30 Uhr – Trainingsbeginn; 16.00 Uhr – Lehrgangsende

Referenten: Poomsae – Theresa Bulling (2. Dan, Trainer-C, Bayrischer Landeskader)

Wettkampf – Aydin Ates (4.Dan, Trainer-C und DTU Prüferlizenz, Europameister, mehrfacher deutscher Meister)

SV - Hans-Jürgen Schenk (1. Dan, Trainer-C)

Kinder (bis 12 Jahre; inklusive Selbstbehauptung und Selbstverteidigung (auch ohne Taekwondo Vorerfahrung, dann nur 10€ für diesen Teil)) – Maren Arnold (3. Dan, Trainer-C, aktive Kindertrainerin), Hans-Jürgen Schenk (1. Dan, Trainer-C, aktiver Kindertrainer), Kathrin Hertäg (3. Dan, Trainer-C und DTU Prüferlizenz, aktive Kindertrainerin)

Anmeldung: Bis 14.09.2023!
Vereinsweise (mit Ansprechperson) in tabellarischer Form
Name, Graduierung, Alter, Schwerpunkt (Poomsae, Wettkampf, Kinder)

Meldeadresse: Kathrin Hertäg
Heuweg 3
73553 Alfdorf
kathrin@hertaeg-online.de
07172/1877807

Lehrgangsgebühr: 20€ - Bar vor Ort zu entrichten

**Belegte Brötchen, Kaffee, Kuchen und Getränke vor Ort erhältlich! Außerdem eine warme Mahlzeit zum Mittagessen.**

**Der Lehrgang wird mit 5 UE zur Trainer C/B Ausbildung der TUBW anerkannt.**

Haftung: Der Veranstalter / Ausrichter übernimmt keine Haftung für Personen – oder Sachschäden. Mit der Anmeldung erkennen alle Teilnehmer/innen den Haftungsausschluss an.

Mit der Anmeldung erklären sich alle Sportler/-innen damit einverstanden, dass sie namentlich in den Lehrgangslisten aufgeführt sind. Außerdem sind sie damit einverstanden, dass Fotografien angefertigt und unter Nennung des Namens in den Medien (Web-Sites, Presse und Vereinsveröffentlichungen) veröffentlich werden dürfen.

Mit sportlichen Grüßen

Kathrin Hertäg

# 1. Mutlanger Breitensportlehrgang
# Vorläufiger Lehrgangsplan

| Uhrzeit | Halle 1-Kinder | Halle 2-Wettkampf/SV | Halle 3-Poomsae/SV |
|---|---|---|---|
| 9-10 Uhr | Registratur | | |
| 10-10.30 Uhr | Begrüßung | | |
| 10.30-11.30 Uhr | Taekwondo A-Z<br>Maren Arnold | Selbstverteidigung ohne Waffen<br>Hans-Jürgen Schenk | Poomsae 1-4<br>Theresa Bulling |
| 11.30-11.45 Uhr | Pause | | |
| 11.45-12.45 Uhr | Selbstbehauptung<br>Hans-Jürgen Schenk | Athletik + Koordination (Wettkampf)<br>Aydin Ates | Poomsae 5-8<br>Theresa Bulling |
| 12.45-13.45 Uhr | Mittagspause | | |
| 13.45-14.45 Uhr | Selbstverteidigung<br>Hans-Jürgen Schenk | Pratzentraining mit Tipps und Tricks<br>Aydin Ates | Poomsae 9+<br>Theresa Bulling |
| 14.45-15 Uhr | Pause | | |
| 15-16 Uhr | Spiel und Spaß mit TKD<br>Kathrin Hertäg | Selbstverteidigung mit Waffen<br>Hans-Jürgen Schenk | Athletik + Tipps und Tricks (Poomsae)<br>Theresa Bulling |