

9 Top Referenten
6 Stunden Training
1 Tag 100% Taekwondo



Sonntag
16.02.2025
Bruchsal

2. TUBW Winterlehrgang

**Wettkampf • Poomsae • Ilbo Taeryon • Selbstverteidigung
Bruchtest • Pratzentraining • Demotraining • Theorie**

Referententeam: Salvatore Ciaramitaro, Hermann Deeg, Markus Kohlöffel, Rudi Krupka, Kyung-Jin Kwak, Kyung-Su Kwak, Michael Scherer, Nikola Schittenhelm, Thomas Wernet

Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Theorieraum
09:00 - 10:15	Form 1 - 4 Michael	SV 1.-3. Dan nach P.O. Thomas	Pratzentraining Markus	Ernährung Nikola
10:30 - 11:45	Form 5 - 8 Michael	SV 1.-3. Dan nach P.O. Thomas	1,2 & 3-Schritt Kampf Kyung-Jin	Trainingsplanung Nikola
12:00 - 13:15	Form 9 - 12 Michael	1,2 & 3-Schritt Kampf Kyung-Jin	Situations Sparring Markus	Ernährung Nikola
13:15 - 14:15	- Pause -	- Pause -	- Pause -	- Pause -
14:15 - 15:30	Poomsae Application Michael	SV Allgemein Hermann/Salvatore	Bruchtest Kyung-Su	WOT Rudi
15:45 - 17:00	Kick Technik 1 Kyung-Su	SV Stock Hermann/Salvatore	Wettkampf VK Markus	WOP Rudi
17:15 - 18:30	Pratzentraining Markus	SV Messer Hermann/Salvatore	Kick Technik 2 Kyung-Su	WOP Rudi

Datum	: Sonntag, 16.02.2025
Uhrzeit	: 09:00 - 18:30 Uhr
Ort	: 1. Bruchsaler Budo Club, Schwetzinger Strasse 56, 76646 Bruchsal
Kosten	: € 25,- ab 18 Jahre / € 20,- bis 17 Jahre Die Lehrgangsgebühr ist am Lehrgangstag in bar zu entrichten.
Teilnehmer	: Alle Taekwondo-Sportler ab Weissgurt. DTU-Pass muss bei der Registratur vorgelegt werden.
Sonstiges	: Der Lehrgang wird mit 7,5 UE zur Trainer C/B Ausbildung und mit 2,5 UE zur Lizenzverlängerung C/B der TUBW angerechnet.
Ausrichter	: 1. Bruchsaler Budo Club e.V.
Verpflegung	: Der Ausrichter, bietet am Lehrgangstag Bewirtung an.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Formlose Meldung (Verein, Name des Sportlers, Graduierung) an: taekwondo.bbc@gmx.de
Mit der Anmeldung wird der Haftungsausschluss für Personen und Sachschäden akzeptiert.