

CHUNG MU Elmshorn

Verein für TAEKWONDO



Ausschreibung Selbstverteidigungsseminar

Termin Sa. 06. Juni 2026

Zeitplan: 12:30 Uhr Hallenöffnung

13:00 – ca. 14.45 Uhr 1. TE SV am Boden

14:45 – 15.00 Uhr Pause

**15:00 – ca. 16.30 Uhr 2. TE Basics für alle
ab 13 J.: auch Stock / Messer**

Trainingsziel: 1. TE: Nachholen was wir beim Lehrgang mit A.Gehlen nicht geschafft haben

2. TE: allgem. Update/Wiederholung/Vertiefung

Teilnehmer: keine Altersbegrenzung
Für alle an der Selbstverteidigung interessierte Sportler/innen aller Stilrichtungen und Graduierungen

Ort: **Sporthalle des TSV Wewelsfleth
Am Sportplatz 6, 25599 Wewelsfleth**

Lehrgangsgebühr: **wird nicht erhoben, aber:**
am Ende des Lehrgangs entscheidet jeder selbst wieviel oder ob er etwas in die Sammelbox geben möchte.

Trainer: **Torben Jonigk** (4. Dan TKD, 6. Dan Gelong Dao, 8. Dan Budo Jutsu), unterstützt von:
Wolfgang Thormählen (7. Dan TKD, 6. Dan Gelong Dao)
ggf. **unterstützt von noch weiteren Trainern**

Mitzubringen: Spaß und Motivation, eigene Verpflegung,
Soft-Stöcker und Übungsmesser werden gestellt.

**Haftung: Veranstalter & Ausrichter lehnen jede Haftung ab.
Teilnahme ausdrücklich auf eigene Gefahr.**

Anmeldung: **Verbindliche Anmeldung** (möglichst vereinsweise), bis 29.05.
senden an: Wolfgang Thormählen, wthormaehlen@aol.com
oder Torben Jonigk, torben.jonigk@gmx.de

Herzliche Grüße, euer

Wolfgang Thormählen

Teilnehmerliste SV-Seminar am 06. Juni 2026 in Wewelsfleth

Nr.	Name	Vorname	Alter	Grad	Bem.	Verein
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						