



TJBB

Taekwondo Jugend Berlin und Brandenburg

Jugendorganisation des Taekwondo Verbands Berlin und Brandenburg e.V. (TVBB)

Ausschreibung

Name der Veranstaltung:	Offenes TJBB-Training Technik
Beschreibung:	<p>Mit Katrin Paschke und Sportler*innen aus dem Technik-Kader des TVBB grundlegende Schritte und Methoden für den Poomsae-Lauf erlernen</p> <p>Vielfältiges Techniktraining für jung und alt</p> <p>Wir freuen uns über alle, die Lust auf Formenlaufen haben, ob als Vorbereitung für den nächsten Wettkampf oder für die nächste Prüfung oder einfach nur, weil ihr Freude am Formenlaufen habt. Kommt vorbei und macht mit.</p>
Ausrichter:	Taekwondo Jugend Berlin Brandenburg
Kontakt:	Yannic Schalk y.schalk@tvbb.info
Termin:	19. März 2022
Dauer:	9:30 Uhr bis 16:00 Uhr
Ort:	Jägerstraße 13, 15806 Dabendorf
Teilnahmebedingungen:	Teilnahme für alle Interessierten ab 4/5 Jahren möglich
Anmeldung:	Kurze Meldung der Anzahl an Teilnehmenden pro Verein bis 16.03. an y.schalk@tvbb.info

Zeitplan:	9:30 – 10:00 Uhr	Ankommen
	10:00 – 10:55 Uhr	Erwärmung und Grundtechniken
	11:00 – 11:55 Uhr	Wiederholen einer bereits erlernten Form
	12:00 – 13:00 Uhr	Mittagspause (kostenlose Essensausgabe)
	13:00 – 13:55 Uhr	Erlernen einer neuen Form
	14:00 – 14:55 Uhr	Spezialtechniken (Sprungkicks etc.)
	15:00 – 15:45 Uhr	Kraftübungen, Cool-Down, Spiele
	Ab 15:45 Uhr	Verabschiedung und Abreise
Sonstiges:	<p>Mitzubringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobok und Gürtel (sofern vorhanden) • Verpflegung (Insbesondere Getränke) <p>Es gelten Zugangsbeschränkungen nach 3G-Regelung. Bringt also Genesenen-/Impf-/ oder Testzertifikat mit. (Für Minderjährige reicht ein Selbsttest bestätigt durch Unterschrift einer sorgeberechtigten Person.) Außerdem werden Kontaktformulare ausliegen. Denkt an das Tragen einer Maske und das Einhalten von Abständen.</p>	
Referentin:		<p>Katrin Paschke 5. Dan, Vizepräsidentin und Sportreferentin des TVBB, Trainer-B-Lizenz, langjährige Trainererfahrung im Kinder- und Erwachsenenbereich,</p>