




# TJBB

## Taekwondo Jugend Berlin und Brandenburg

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

### Ausschreibung

<b>Name der Veranstaltung:</b>	Offenes Training															
<b>Beschreibung:</b>	<p>Vielfältiges Training (Capoeira, Kraft, Ausdauer, Taekwondo-Spiele)</p> <p>Für Anfänger und Fortgeschrittene sowie für Jung (ab 5) und Alt</p> <p>Vor Ort werden Trainingsgruppen gebildet</p>															
<b>Ausrichter:</b>	Taekwondo Jugend Berlin Brandenburg															
<b>Kontakt:</b>	Yannic Schalk <a href="mailto:y.schalk@tvbb.info">y.schalk@tvbb.info</a>															
<b>Termin:</b>	24. September 2022															
<b>Dauer:</b>	9:30 Uhr bis 15:00 Uhr															
<b>Ort:</b>	Jägerstraße 13, 15806 Dabendorf															
<b>Teilnahmebedingungen:</b>	Teilnahme für alle Interessierten ab 5 Jahren möglich															
<b>Anmeldung:</b>	Kurze Meldung der Anzahl an Teilnehmenden pro Verein bis 20.09. an <a href="mailto:y.schalk@tvbb.info">y.schalk@tvbb.info</a>															
<b>Zeitplan:</b>	<table border="1"> <tr> <td>9:30 – 10:00 Uhr</td> <td>Ankommen</td> </tr> <tr> <td>10:00 – 10:55 Uhr</td> <td>Begrüßung und Erwärmung</td> </tr> <tr> <td>11:00 – 12:00 Uhr</td> <td>1. Einheit Capoeira</td> </tr> <tr> <td>12:00 – 12:45 Uhr</td> <td>Mittagspause (kostenlose Essensausgabe)</td> </tr> <tr> <td>12:45 – 13:45 Uhr</td> <td>2. Einheit Capoeira</td> </tr> <tr> <td>13:50 – 14:45 Uhr</td> <td>Ausdauer, Kraft, Taekwondo-spezifische Spiele</td> </tr> <tr> <td>Ab 14:45 Uhr</td> <td>Verabschiedung und Abreise</td> </tr> </table>		9:30 – 10:00 Uhr	Ankommen	10:00 – 10:55 Uhr	Begrüßung und Erwärmung	11:00 – 12:00 Uhr	1. Einheit Capoeira	12:00 – 12:45 Uhr	Mittagspause (kostenlose Essensausgabe)	12:45 – 13:45 Uhr	2. Einheit Capoeira	13:50 – 14:45 Uhr	Ausdauer, Kraft, Taekwondo-spezifische Spiele	Ab 14:45 Uhr	Verabschiedung und Abreise
9:30 – 10:00 Uhr	Ankommen															
10:00 – 10:55 Uhr	Begrüßung und Erwärmung															
11:00 – 12:00 Uhr	1. Einheit Capoeira															
12:00 – 12:45 Uhr	Mittagspause (kostenlose Essensausgabe)															
12:45 – 13:45 Uhr	2. Einheit Capoeira															
13:50 – 14:45 Uhr	Ausdauer, Kraft, Taekwondo-spezifische Spiele															
Ab 14:45 Uhr	Verabschiedung und Abreise															

<p><b>Sonstiges:</b></p>	<p>Mitzubringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dobok und Gürtel (sofern vorhanden)</li> <li>• Getränke</li> </ul>
<p><b>Referent:</b></p>	<p><b>Christian</b>  Christian unterrichtet Capoeira seit 2010. Erste Kontakte hatte er mit dieser außergewöhnlichen afrobrasilianischen Kampfkunst aber schon als Jugendlicher. Es ist vor allem die Kombination von scheinbaren Gegensätzen, die ihn an dieser Bewegungskunst faszinieren.</p>  <p><b>Julia</b>  stellvertretende Jugendreferentin TJBB, 2. Dan, Trainer-C-Lizenz, Physiotherapeutin</p> 