



# TVBB

**Taekwondo Verband Berlin Brandenburg e.V.**

Landesverband der Deutschen Taekwondo Union e.V.  
Mitglied im Landessportbund Brandenburg e.V.

## TVBB-Selbstverteidigungs-Camp

22. / 23. Februar 2025



**SV-Camp für JederMann und JedeFrau / SV-Camp für Mädchen & Frauen / Kinder-SV-Camp**



Referent: **Alfred Gehlen** – 9. Dan Taekwondo, 10. Dan Gelongdao, 7. Dan Doce Pares Eskrima, 1. Dan Hayastan Grappling, 3. Dan Allkampf, Full Instructor Hapkido, Grand Master IMB Academy Los Angeles, Ehrenmitglied Hall Fame Martial Arts Europe und Mitglied der US Hall of Fame of Martial Arts

Teilnehmende: **Anfänger und Fortgeschrittene, Kampfsportler und Unerfahrene**

**Samstag, 22.02.2025: SV-Camp für JederMann und JedeFrau**  
für Jugendliche und Erwachsene ab 13 Jahre

**Sonntag, 23.02.2025: Kinder-SV-Camp und SV-Camp für Mädchen & Frauen**  
für Mädchen und Jungen von 10 bis 12 Jahren (9:30 bis 12:30 Uhr)  
für Mädchen und Frauen ab 13 Jahren (9:30 bis 16:00 Uhr)

Ausrichter: **Panda Dojang e.V. Dabendorf**

---

**Bankverbindung:** Postbank Leipzig • IBAN: DE35 8601 0090 0603 3889 08 • BIC: PBNKDEFF  
**Internet:** [www.tvbb.info](http://www.tvbb.info)  
**Vereinsregister:** Frankfurt/Oder VR5332  
**Finanzamt:** Frankfurt/Oder

**E-Mail:** [geschaeftsstelle@tvbb.info](mailto:geschaeftsstelle@tvbb.info)

**Steuernummer:** 061/143/08313



# TVBB

## Taekwondo Verband Berlin Brandenburg e.V.

Landesverband der Deutschen Taekwondo Union e.V.  
Mitglied im Landessportbund Brandenburg e.V.

Kontakt: Jeannette Uhlig, Tel. 0151-24114048

Anmeldung: bis 14. Februar 2025  
per E-Mail an [jeannette@panda-dojang.de](mailto:jeannette@panda-dojang.de)  
vereinsweise, unter Angabe der Namen und des Alters

Zeit: Samstag, 22.02.2025: 10:00 – 17:00 Uhr Einlass 9:30 Uhr  
Sonntag, 23.02.2025: 9:30 – 12:30 / 13:30 – 16:00 Uhr Einlass 9:00 Uhr

Den Samstag werden wir gemeinsam in einem Restaurant in Zossen ausklingen lassen.  
Bitte gebt für die Tischreservierung bei der Anmeldung an, ob ihr dabei seid.

Ort: **ACHTUNG, NEU! Kulturforum Dabendorf, Zum Königsgraben 8, 15806 Zossen**  
(Parkplätze vorhanden)

Kosten: Ein Tag: Erwachsene 35 Euro / Jugendliche 20 Euro / Kinder 10 Euro  
beide Tage: Erwachsene 50 Euro / Jugendliche 35 Euro  
**inklusive Mittagsimbiss**

**Bezahlung der Teilnahmegebühr vereinsweise auf das TVBB-Konto:**

TVBB/ Michael Günther  
Postbank Leipzig  
DE35 8601 0090 0603 3889 08

**Verwendungszweck: >TVBB SV-CAMP – VEREIN – NAMEN<**

Mitzubringen: Bitte Sportbekleidung oder Dobok und warme Socken mitbringen

Verpflegung: Vom Veranstalter wird mittags ein kleines Angebot an kalten und warmen Speisen (auch vegetarisch) bereitgestellt. Getränke bitte mitbringen.  
Einkaufsmöglichkeiten/ Imbiss sind am Samstag in Zossen (ca. 5 Autominuten) vorhanden.

Trainerlizenz: Eine Anerkennung als Lehrgang zur Verlängerung von DOSB-Lizenzen ist gemäß neuer Regelung der DTU nicht möglich.

Haftung: Jede/r Teilnehmer/in nimmt auf eigenes Risiko teil und erklärt mit Abgabe der Anmeldung seinen einwandfreien gesundheitlichen Zustand. Veranstalter oder Ausrichter haften nicht für Personen oder Sachschäden. Bei Minderjährigen ist eine unterschriebene Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten am Lehrgang vorzulegen.

Nutzungsrecht: Das TVBB-SV-Camp wird fotografisch dokumentiert. Jeder Teilnehmer /in ist mit der Veröffentlichung von Foto- bzw. Videoaufnahmen durch den TVBB zum Zwecke der Berichterstattung (Print, Internet) sowie zu Kommunikationszwecken einverstanden. Ein Widerspruch ist am Veranstaltungstag anzugeben.



# TVBB

## Taekwondo Verband Berlin Brandenburg e.V.

Landesverband der Deutschen Taekwondo Union e.V.  
Mitglied im Landessportbund Brandenburg e.V.

### Inhalte

Der Lehrgang soll den Teilnehmern vermitteln, wie sie sich verteidigen können, aber auch Techniken vermitteln um im Taekwondo oder Karate Gürtel- und Danprüfungen gut zu bestehen. Die gezeigten Techniken gehen z.T. weit über die Basis der Selbstverteidigung hinaus um den Schülern mehr Lösungen anzubieten. Der Lehrgang ist sowohl für erfahrene Kampfsportler als auch interessierte Mädchen und Frauen, Jungen und Männer ohne Vorkenntnisse geeignet.

- Theorie: Wie verhalte ich mich in einer Gefahrensituation/ bei einem Angriff?
- Verteidigung gegen Klammern, Fassen, Halten
- Verteidigung gegen Faustangriffe und Schläge
- Verteidigung mit Alltagsgegenständen (Zeitung, Handy, ...)
- Verteidigung am Boden und in Raumnot
- Stockkampf (Eskrima)
- Jeetkundo – Lee Gun Fan
- Verteidigung gegen Waffen: Messer, Stock und Schusswaffen
- Fragen-und Antworten der Teilnehmer



### Der Referent

Alfred Gehlen begann 1973 mit dem koreanischen Kampfsport Taekwondo und machte 1975 seinen 1.



Dan, heute hat er den 9. Dan. Er war Mitglied des Nationalen A Kader, zweifacher internationaler Deutscher Meister, 5-facher Vizemeister, 12-facher Landesmeister NDS im Taekwondo Formen (Poomse) und Wettkampf. Alfred Gehlen war über 10 Jahre Teamchef des nationalen Demonstrationsteams Taekwondo und erhielt mehrere Auszeichnungen für besondere Verdienste durch nationale und internationale Verbände. Er ist Instruktor für Inayen Eskrima, Lee Gun Fun Kung Fu und Grappling der Hayastan Schule Los Angeles und hat zudem mehrere Ausbildungen bei Sondereinsatzkomandos und dem FBI durchgeführt. Alfred Gehlen wurde in die US Hall of Fame of Martial Arts in

Los Angeles aufgenommen. Seit 2007 arbeitet Alfred Gehlen mit dem TVBB zusammen und ist Referent des TVBB-SV-Camps.

### Über Gelongdao®

Gelongdao® ist ein modernes patentiertes Selbstverteidigungssystem, das von Alfred Gehlen aus unterschiedlichen traditionellen Systemen entwickelt und konzipiert wurde. Gelongdao® ist ein modernes Mixed Martial Arts System, das alle Ebenen des Kampfes beinhaltet und verbindet. Es beinhaltet die wirkungsvollsten und effektivsten Techniken aus den traditionellen Kampfsportarten wie Taekwondo, Karate, Jiu Jitsu, Allkampf, Jeet Kune Do, Hayastan Grappling, Hapkido, Escrima (Doce Pares und Inayen), Messerkampf, Boxen, Thai Boxen, Kick Boxen, Judo, Brasilianischen Jiu Jitsu.