



**INTERNATIONAL
BUDO FEDERATION
DEUTSCHLAND e.V.**

MITGLIED DER IBF-INTERNATIONAL · REPRÄSENTANT FÜR DEUTSCHLAND

태권도

Technik-Lehrgang Taekwon-Do

mit Henning Schröder (5. Dan Taekwon-Do)

Themen:

Taekwon-Do Basics

richtiges Aufwärmen

grundlegende Techniken des Taekwon-Do

fortgeschrittenes Taekwon-Do

Drehtechniken, Sprungtechniken

Impulse und Anregungen für Trainer

Sonntag, 11. März 2018

von

11:00 bis 14:00 Uhr

in der

Sporthalle Am Hofkamp in 48366 Laer

Teilnahmegebühr 15,00 €

