



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

MITGLIED DER IBF-INTERNATIONAL- REPRÄSENTANT FÜR DEUTSCHLAND

Bundestrainer Stefan Lange, Flachsstr. 16, 32369 Rahden

An alle Mitglieder  
der IBF-Deutschland e.V.

Rahden, den 29. Februar 2024

## **An alle Trainer und Sportler/innen der IBF-D e. V.**

### **Kadertraining Formen und Semikontakt**

Hiermit lade ich zum 2. IBF Kadertraining 2024 ein, eingeladen sind Sportler/innen ab 14 Jahre, sowie Trainer und Funktionäre der IBF Deutschland e. V.

**Datum:** **Sonntag, den 17. März 2024**

**Ort:** **Grundschule Rahden (neue Halle)**  
**Schulstr. 2**  
**32369 Rahden**  
**(Achtung neuer Parkplatz: Lange Straße 9 /**  
**Platz der Synagoge)**

**Leitung:** BT - Stefan Lange, 5. Dan Taekwon-Do

**Ablauf:** **12.30 Uhr - 13:50 Uhr - Formen und Waffenformen**  
**14:00 Uhr - ca. 16:00 Uhr - Kampf (Semikontakt)**

Die Offiziellen werden gebeten in Uniform zu erscheinen.

Ich freue mich auf eine schöne Trainingseinheit mit vielen Teilnehmern.

Mit sportlichem Gruß

**Stefan Lange**  
(Bundestrainer IBF-D e. V.)  
Mobil 0160/3630532