

Unser Trainerteam ...



Steffen Hemmann, 1. Dan
Abteilungsleiter

 steffenhemman@gmx.de
Mobil: 0170-8911161



Stev Brauner, 4. Dan
Trainer

 stevbrauner@web.de
Mobil: 0176-10206905
FaxNr: 036603-516110



Jessy Wiedemann, 1. Dan
Trainerin

 jessy.wiedemann@web.de
Mobil: 0151-20589101

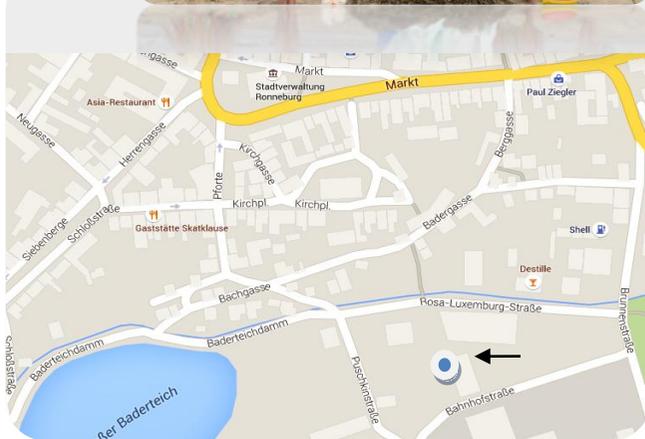


Ellinor Schlesier, 2. Dan
Trainerin

 ellinor.schlesier@web.de
Mobil: 0152-25833548

KONTAKT

E-Mail: taekwondo@asc-ronneburg.de
Facebook: [Taekwondo.Team.Ronneburg](https://www.facebook.com/Taekwondo.Team.Ronneburg)
Website: taekwondo-team-ronneburg.de



KONTAKT

ASC SportArena: Bahnhofstraße 2, 07580 Ronneburg
Ableitung Steffen Hemmann, Nr.25, 07580 Paitzdorf
Bank: Spark. Gera-Greiz, BLZ: 83050000, KTO 1249126

TAEKWONDO



TEAM RONNEBURG



Eine Familie ...

Gemeinsam aktiv ...

Im Taekwondo vereint!



Kostenloses Schnuppertraining gefällig ???

Überhaupt gar kein Problem, einfach Coupon abtrennen und zu einem der Trainingszeiten mitbringen.

Training für Kinder ab 6 Jahre und für Erwachsene jeden Alters.

Infos: taekwondo@asc-ronneburg.de oder Tel.: 0176-10206905

TAEKWONDO

Neun Buchstaben – Neun Grundwerte

Mu**T**oleranz

Durchh**A**ltevermö

Resp**E**kt

Höflich**K**eit

Selbstbe**W**usstsein

Offenheit

Rücks**i**.**N**ahme

Disziplin

Konzentrat.

Was ist Taekwondo?

Taekwondo ist eine waffenlose (Kampf-) Sportart aus Korea. Taekwondo ist durch seine fünf Trainingsbereiche eine sehr vielseitige Sportart. Bekannt ist der seit 2000 olympische Vollkontakt.

Hier geht es darum möglichst viele Punkte zu erzielen. Im Bereich Formen/Poomsae - dem „stilisierten Kampf“ gegen einen imaginären Gegner – geht es vor allem um eine hohe Bewegungs-Perfektion und Performance. Auch gibt es Turnier bis hin zur Weltmeisterschaft. Weitere Bereiche sind Selbstverteidigung, Grundschule und Bruchtest. Neben dem Training mehrmals pro Woche, finden regelmäßig Prüfungen statt, in welchen der Leistungsstand überprüft wird (Gürtel).

Im Training ist uns die Vermittlung von (Selbst)Disziplin, Respekt, Teamfähigkeit und Koordination wichtig – Werte die im Leben wichtig sind. Durch das sportlich wie geistige Training im Taekwondo wird neben Selbstbehauptung/Selbstsicherheit auch das Vertrauen in sich selbst und die eigenen Fähigkeiten gestärkt.

Wann wird trainiert?

Montag: Fitnessstraining

17:00-18:30 Uhr

Dienstag: Kindertraining / Anfänger

16:00-17:30 Uhr

Leistungsstraining

17:30-18:30 Uhr

Donnerstag: gemischtes Training

17:30-19:30 Uhr

... und wo?

ASC-SportArena

Bahnhofstraße 2

07580 Ronneburg



Was gibt es noch?

- (Kinder)Trainingslager
- Winter-/Sommerfreizeiten
- Vereinszeltcamps (Kinder)
- Int. Jugendaustausch zw. Deutschland-Portugal
- Sommerfeste
- Paddeltour
- und vieles mehr ...