



# TAEKWONDO UNION SACHSEN e.V.

Mitglied der Deutschen Taekwondo Union e.V.

Mitglied im Landessportbund Sachsen e.V.

## Ausschreibung zum offenen Technik & Zweikampf Lehrgang

<b>Datum:</b>	Sonntag, 25.09.2022
<b>Ort (neu!):</b>	Sporthalle Julius-Ambrosius-Hülße-Gymnasium Tornaer Straße 4 01237 Dresden <a href="#">Google Maps</a>
<b>Veranstalter:</b>	Taekwondo Union Sachsen e.V. (TUS)
<b>Zeitplan &amp; Inhalte:</b>	<p><b>11:00 – 14:00 Uhr: Traditionelle Technik</b> <b>inkl. 2,5 UE für die Trainerlizenzverlängerung</b> mit Ulrike Rattke (Landestrainerin Technik)</p> <p><b>14:30 – 16:30 Uhr: Freestyle</b> mit Hai Dang Nguyen (Disziplintrainer Freestyle)</p> <p><b>16:00 – 18:00 Uhr: Zweikampf</b> mit Ulrike Rattke &amp; Hai Dang Nguyen</p> <p>An den Lehrgangsteilen kann flexibel teilgenommen werden. Also beispielsweise nur Technik oder Zweikampf oder beides. Wir bitten um vorherige Anmeldung.</p>
<b>Trainingsziel:</b>	Vereinsübergreifende Vermittlung der aktuellen Trends in Technik & Zweikampf, offenes Training für alle Sportler
<b>Teilnahmeberechtigte:</b>	Alle interessierten Sportler & Trainer ab 10. Kup (keine Graduierungs- und Altersbeschränkungen)
<b>Kosten:</b>	Keine





# TAEKWONDO UNION SACHSEN e.V.

Mitglied der Deutschen Taekwondo Union e.V.

Mitglied im Landessportbund Sachsen e.V.

## Zur Teilnahme wird benötigt:

Dobok, Gürtel, normales Sportshirt, ggf.  
Zweikampfausrüstung, Essen und Getränke

## Anmeldungen:

Bis **20.09.2022** mit Namen, Alter und Graduierung an

[ulrike.rattke@tus-mail.de](mailto:ulrike.rattke@tus-mail.de)  
oder WhatsApp (0177 3129 235)

Eine Sammelmeldung je Verein ist ausreichend.

*Bei Nutzung des traditionellen Technik-Lehrgangs zur  
**Trainerlizenzverlängerung**, bitte bei der Anmeldung mit  
angeben.*

## Ulrike Rattke

Landestrainerin Technik  
Sportdirektorin Technik

## Hai Dang Nguyen

Disziplintrainer Freestyle

