TAEKWON-DO Sommercamp 2015

vom 20. bis 21. Juni in Gersbach

- *Kondition*
- *Formenlauf*
- *Pratzentraining*
- *Wettkampf*
- *Selbstverteidigung*

TAEKWON-DO SCHULE
태권도
LÖRRACH

Das Freizeithaus Gersbach nahe Schopfheim ist wunderschön gelegen auf ca. 1.000 Metern Höhe. Direkt oberhalb des Gold-Dorfes Gersbach am Waldrand, inmitten einer landschaftlich reizvollen Bergregion.

Hier können wir Taekwon-Do in der Verbindung zur Natur leben und erleben.

Programm Samstag

10:00 Uhr	Treffpunkt in Gersbach Anmeldung und Bezug der Zimmer
11:00 Uhr – 14:00 Uhr	Taekwon-Do Training im Freien bei schönem Wetter Formenlauf, Pratzentraining, Selbstverteidigung, Kondition
14:00 Uhr – 15:00 Uhr	Pause mit kleiner Verpflegung
15:00 Uhr – 17:30 Uhr	Taekwon-Do Training im Freien bei schönem Wetter Formenlauf, Pratzentraining, Selbstverteidigung, Kondition
17:30 Uhr – 18:30 Uhr	Freizeit zur freien Verfügung
18:30 Uhr	Abendessen mit Grill, anschließend Freizeit
23:00 Uhr	Nachtruhe

Programm Sonntag

08:00 Uhr – 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 Uhr – 12:30 Uhr	Taekwon-Do Training im Freien bei schönem Wetter Formenlauf, Pratzentraining, Selbstverteidigung, Kondition
13:00Uhr	Veranstaltungsende, Kinder können abgeholt werden.

Das Training leitet Sabum Nim Markus Probst 4.DAN

Evangelisches
Freizeithaus Gersbach
im Naturpark Südschwarzwald!

Schopfheim - Gersbach

Infos zum TKD - Sommercamp 2015 vom 20. - 21. Juni in Gersbach

Unkostenpauschale pro Person: 48.- Euro

Der Anmeldepreis beinhaltet die Trainingseinheiten, Übernachtung sowie Getränke und Verpflegung. (Abendessen, Pausensnacks, Frühstück)

Anmeldung und Zahlung in Bar bitte bis spätestens **31.05.2015.**
Bitte frühzeitig anmelden, die Teilnehmer-Anzahl ist begrenzt.

Mindestalter für die Teilnahme: 10 Jahre. Es ist eine Übernachtung geplant.

Mitzubringen: Dobok, Trainingsanzug (kann auch schmutzig werden), Turnschuhe für draußen, Hausschuhe, Schlafanzug.

Bettwäsche 3 Teilig (Spannbettuch, Kissenbezug, Deckenbezug) ist mitzubringen.
Bei Stellung durch das Haus muss ein Unkostenbeitrag von 10,-- Euro bezahlt werden.

Einzunehmende Medikamente, Allergien, sowie Vegetarier etc. sind bitte vorher unbedingt anzumelden.

Bitte organisieren Sie die Anfahrt selbständig und tauschen Sie sich auch mit anderen über Mitfahrgelegenheiten aus.

Kontakt der
TKD-Gruppe vor Ort:

Tel. 07620/216

Mobil: 0170/1625658

Evang. Freizeithaus
Panoramaweg 1
79650 Schopfheim-Gersbach

Weiter Infos und Wegbeschreibung unter: www.freizeithaus-gersbach.de

TAEKWON-DO
Sommercamp 2015

Erlebe zwei Tage Taekwon-Do
inmitten einer reizvollen Bergregion
inkl. Grillabend & Übernachtung.

vom 20. bis 21.06.2015 in Gersbach

TKD-Schule Lörrach GbR
Schillerstraße 2
79539 Lörrach

Tel. 0170/1625658
www.tkd-loerrach.de

TAEKWON-DO SCHULE
태
권
도
LÖRRACH