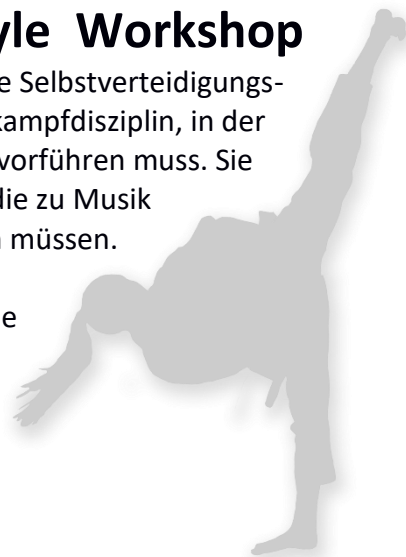


Freestyle Workshop

Taekwondo ist eine aus Südkorea stammende Selbstverteidigungs-Kampfsportart. Taekwondo Freestyle ist die dritte Wettkampfdisziplin, in der ein Athlet eine 90-sekündige Selbstverteidigungsübung vorführen muss. Sie besteht aus Taekwondo-Techniken und Akrobatik, die zu Musik ausgeführt werden müssen.

Nutzt die Chance, in die Welt des Taekwondo Freestyle einzutauchen!



DATUM:	Samstag, 11.03.2023
ZEIT:	11:00 – 12:30
ORT:	Ludesch, Blumenegghalle
INHALT:	<u>Freestyle Basics</u> 1. Trampolin 2. Air-track and air balls
ZIELGRUPPE:	Alle interessierten Taekwondoin
WORKSHOPGEBÜHR:	€ 15 inklusive ein VTDV T-Shirt (first come basis)
AUSRÜSTUNG:	Weißes T-shirt und dobok hose
ANMELDE-SCHLUSS:	Sonntag, 05.03.2023
LEITUNG:	Eve Hepp (4. DAN) VTDV Landeskader Poomsae und Freestyle Trainerin & VTDV Trainergruppe

