



Anfängerkurs

Der Taekwondo Verein Dornbirn schreibt wieder einen Anfängerkurs für alle Altersgruppen ab 8 Jahren aus.

Wo: Gymnasium Dornbirn, Realschulstraße 3, 6850 Dornbirn

Wann: Jeweils Donnerstag von 18.00 bis 19.00 Uhr

Start: Nach den Semesterferien am Donnerstag, 20. Februar 2020

Bitte um Anmeldung unter 06644238766 oder per Email: obmann@taekwondo-dornbirn.at

Mitzubringen: Sportkleidung, **keine** Schuhe, wir trainieren Barfuß!

Für was steht Taekwondo?

Taekwondo ist ein koreanischer Vollkontakt – Sport und seit 2000 eine Olympische Disziplin. Die Sportart bietet eine Vielzahl von Übungen die je nach Verein mehr oder weniger trainiert werden. Neben den Wettkampfdisziplinen wie Vollkontaktkampf und Formenlauf werden auch noch Selbstverteidigung und Fitness trainiert. Nur ein Sportler, der körperlich und geistig fit ist, kann jederzeit seinen Gegner richtig einschätzen und ist auf jede Aktion vorbereitet. Der Taekwondo Verein Dornbirn steht für ein ganzheitliches familiäres Taekwondo, es werden alle Disziplinen mit Schwerpunkt Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft sowie Grundlagentraining in allen Bereichen trainiert. Überzeugt dich selbst und komme zu einem Probetraining vorbei. Anfängerkurse werden laufend angeboten.