Taekwondo

Wann:	Ab 21. Oktober 2026 immer mittwochs
Wo:	Turnhalle Niederwinden
Kursdauer:	10 Einheiten
Uhrzeit:	15:00 Uhr - 16:15 Uhr
Kosten:	7 - 13 Jahre (69 €) - ab 14 Jahre (79 €)

Nächster Kurs
ab 21.10.26
(Anfänger und Fortgeschrittene)



Was ist Taekwondo?
Taekwondo ist eine faszinierende Kampfsportart zur körperlichen Stärke, Ausdauer, geistiger Klarheit und innerer Ausgeglichenheit! Unsere Kurse bietet dir die perfekte Gelegenheit, die Grundlagen dieser beeindruckenden Kampfkunst zu erlernen.

Körperliches Training:
Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und körperliche Fitness werden spielerisch geschult.

Geistige Stärke und Tradition:
Taekwondo fördert Konzentration, Selbstbewusstsein, Werte, Disziplin und innere Ruhe.

Selbstverteidigung:
Bestandteile des Trainings sind effektive Selbstverteidungstechniken, Abwehrtechniken sowie Situationsbewußtsein in Ausnahme- und Gefahrensituationen.

Ab 21. Oktober 2026 beginnt der nächste Kurs.
Anmeldung ab sofort möglich.

Sport- & Abenteuerschule
Anna und Uwe Schiessel
Hauptstrasse 93a, 79297 Winden
Taekwondo@SportundAbenteuer.de

Abteilung Taekwondo