

Taekwondo Union Baden – Württemberg e. V.

*D`Amico Luigi (KR Referent Poomsae TUBW)
Schulstr.29, 73630 Grunbach
Tel. 07151 / 73875 (0174-3258343)*

Grunbach, 13. April 2010

Lehrgang Poomsae

- Lehrgangsziel:* Genaue Kenntnisse der Poomsae, aktuellste Vorgaben der WTF.
- Veranstalter:* TUBW e. V.
- Ausrichter:* VfL Waiblingen Abt. Taekwondo (Herr Andreas Rühle)
- Referenten:* Gino D`Amico (KR Referent Poomsae TUBW)
Andreas Rühle (2. Platz Austrian Open 2009)
Salvatore D`Amico (1. Platz Austrian Open 2009)
- Datum:* Samstag 12. Juni 2010
- Ort/Halle:* 71332 Waiblingen, Sporthalle VfL Waiblingen, Oberer Ring 1
nahe Fußballstadion, Freibad.
- Wegbeschreibung:* B 14 / 29 Stuttgart-Aalen, Ausfahrt Waiblingen Mitte, links abbiegen
Beinsteinerstrasse. Parkmöglichkeit: Parkplatz der Rundsporthalle
dann zu Fuß über die Blaue Rems-Brücke.
- Zeit:* 10:00 bis 16:00 Uhr, Einlass 9:00 Uhr
- Teilnehmer:* Begeisterten Poomsaeläufer ab dem 8. Kup mit gültiger DTU Ausweis.
- Teilnahmegebühr:* Für alle Teilnehmer 5 €.
- Anmeldung:* Mit beiliegender Teilnahmegebühr schriftlich über den Verein.
Name, Alter und Graduierung müssen angegeben werden.
- Meldeadresse:* D`Amico Luigi, Schulstr.29, 73630 Grunbach
- Meldeschluss:* 07. Juni 2010
- Verpflegung:* Für Verpflegung ist selbst zu sorgen, oder über die Vereinsgaststätte.

MfG

D`Amico Luigi



Ablaufplan:

10:00 Uhr: Begrüßung, allgemeines Aufwärmen,
Grundlagenvermittlung,
Technik und allgem. sportl. Fähigkeiten

13:00 Uhr: Poomsae für KUP
&
Dan-Träger

16:30 Uhr: Lehrgangsende





[Start](#) | [Berichte](#) | [Trainingslager](#) | [Poomsae Lehrgang](#)

Poomsae Lehrgang

Poomsae-Lehrgang der TUBW mit Gino D'Amico in Waiblingen am 12. Juni

Auch wir waren vor Ort und haben unsere Sportler auf den *neuesten Stand* gebracht. Für einige Sportler war dies eine sehr gute Vorbereitung auf die diesjährige Dan-Prüfung. Mit zahlreichen Teilnehmern war der Lehrgang von 10h-16h mit viel Spaß und Interesse verbunden. Auch *Andreas Rühle* und *Salvatore D'Amico* waren dabei und zeigten uns ausgezeichnetes Poomsae, sodass wir viele neue Kenntnisse erlangen konnten. Beeindruckendst ausgeführte Techniken brachten den Lehrgang auf ein hohes Niveau. Trotz der überdurchschnittlich zahlreichen Teilnehmer und des guten Wetters wurden wir gut versorgt und hatten jede Menge Spaß.

Auf ein nächstes Mal.
