



Workshop

13. März 2010
in Waiblingen

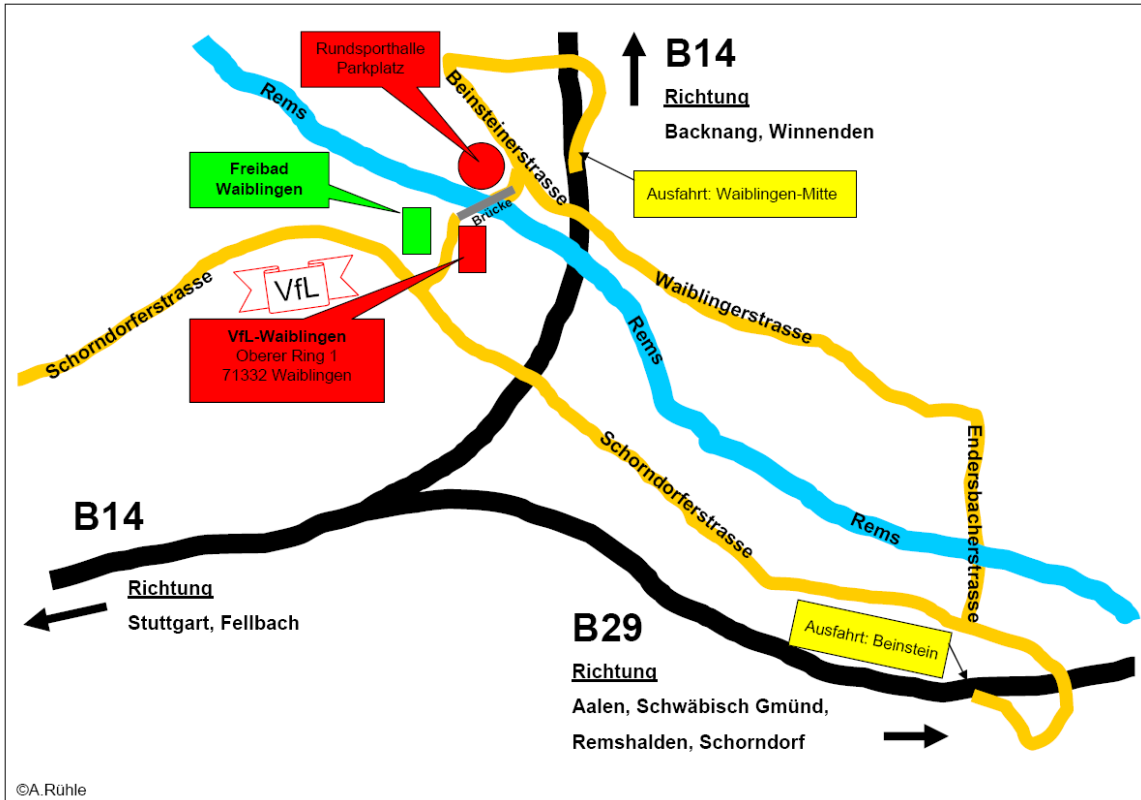


- Veranstalter:** Taekwondo VfL-Waiblingen e.V., Oberer Ring 1, 71332 Waiblingen
- Ort:** Waiblingen, Oberer Ring 1, 71332 Waiblingen
- Datum/Zeit:** 13. März 2010: 9:45 – 10:00 Uhr : Begrüßung, Absprache mit den Teilnehmern
10:00 – 11:00 Uhr : Einheit-1 - Yoga
11:00 – 12:30 Uhr : Einheit-2 - Taekwondo
12:30 – 13:00 Uhr : Pause
13:00 – 14:30 Uhr : Einheit-3 - Taekwondo
14:30 – 16:00 Uhr : Einheit-4 - Taekwondo
16:00 – 17:00 Uhr : Einheit-5 - Yoga
- Thema:** Taekwondo: Poomsae, Formenlauf
Yoga: Ashtanga-Yoga / Hatha-Yoga
- mit:** Andreas Rühle, Taekwondo und Yoga
Kontakt: Tel.: 07151-930949; mobil: 0160-96012743; taekwondoit@gmx.de
- Teilnahme:** Formenläufer, leistungsorientierte Jugend und Erwachsene
- Kosten:** Workshop: 10.- €
Die Kosten bitte vor Ort bezahlen.
- Anfahrt:** B29, Ausfahrt Waiblingen-Mitte, Rundsporthalle/Freibad Waiblingen,
Parken: Bitte an der Rundsporthalle, zu Fuß weiter über die Fußgängerbrücke,
VfL-Halle-2 befindet sich gegenüber Freibad Waiblingen
- Meldung:** bis 8.März 2010 bei Andreas Rühle, Tel.: 07151-930949; taekwondoit@gmx.de
- Mitbringen:** Spaß am Taekwondo / Poomsea und Yoga
- Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

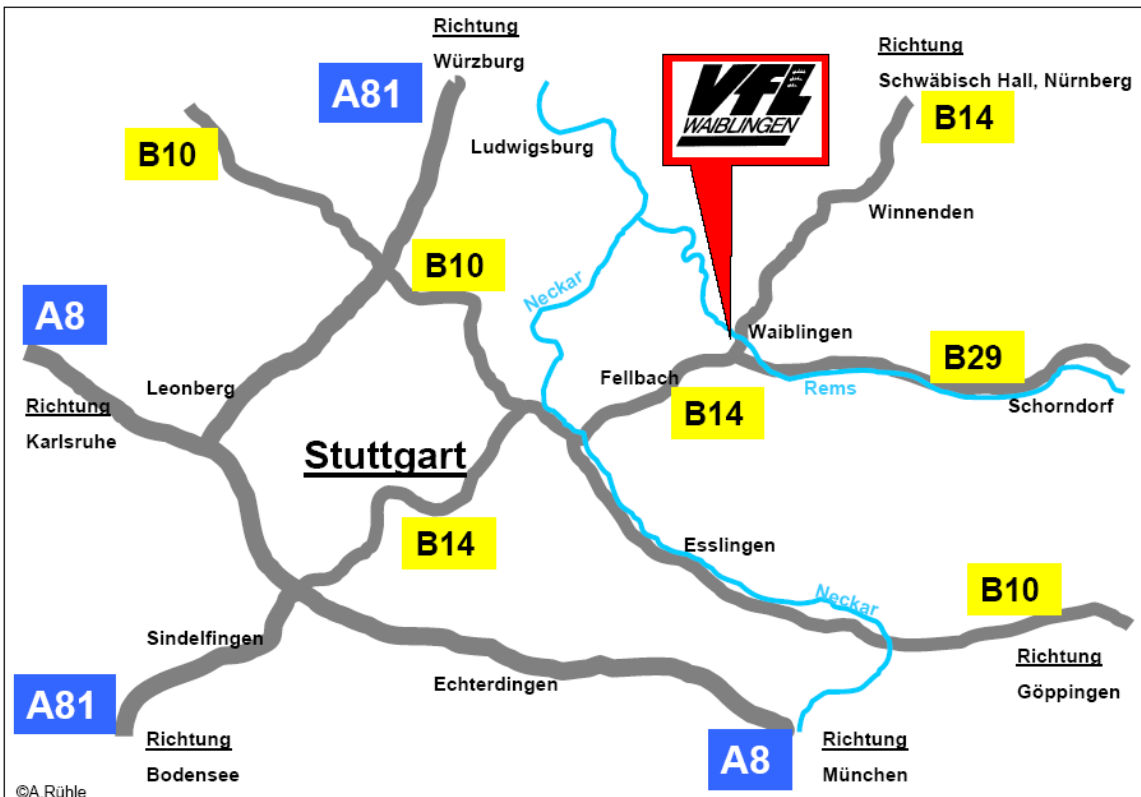
Wegbeschreibung



VfL-Waiblingen e.V., Oberer Ring 1, 71332 Waiblingen



©A.Rühle



©A.Rühle