

Trainingszeiten:

T.V. Bornich

Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr Kindertraining

Dienstag von 19.30. Uhr bis 21 Uhr Erwachsene

Donnerstag von 19.30 Uhr bis 21 Uhr Erwachsene

Beiträge:

Erwachsene: 5,00 € / Monat

Jugendliche: 3,50 € / Monat

Familienbeitrag: 10,00 € / Monat

Es wird der jeweils günstigste Tarif zugrunde gelegt.

태 권 도

TAE

KWON

DO

TAE bedeutet, mit den Füßen treten, springen und schlagen.

KWON heißt wörtlich übersetzt Faust und beinhaltet alle Hand-und Armtechniken.

DO bedeutet in den Kampfkünsten die geistige Entwicklung des Schülers und auch der Meister.

**DIE AUSFÜHRUNG DER KAMPFKÜNSTE
BEDEUTET EINE ANSTRENGUNG FÜR
ALLES WAS UNS AUSMACHT:
DEN KÖRPER, DIE GEFÜHLE, DIE SEELE
UND DEN GEIST.**

T.V. Taekwondo Team T.V.

Bornich

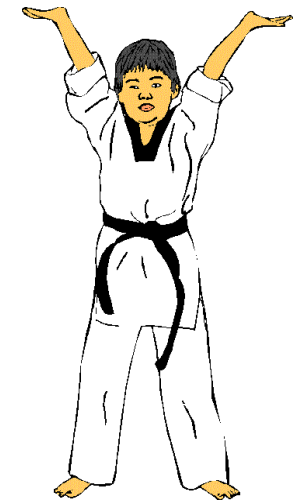
Loreley

WTF Taekwondo

Bornich

Mitglied in der Taekwondo Union Rheinland-Pfalz
und im Landessportbund

Herzlich Willkommen



Liebe Interessentin, lieber Interessent,
es freut uns sehr, daß Sie sich über Taekwondo und insbesondere über das Team Loreley informieren möchten.

Unser Team besteht aus den Taekwondo Abteilungen folgender Vereine:

T.V. Bornich
Vfl Nastätten
Vfl Nochern

Für die Ausbildung der Schüler stehen neun TKD-Meister mit Trainerlizenzen des DOSB zur Verfügung.

Chefusbilder sind die beiden Großmeister:
Herbert Simon, 6.Dan Taekwondo
Otmar Sixter, 6.Dan Taekwondo

Die Gründung

Seit 1977 wird im T.V.Bornich Taekwondo betrieben. Nach und nach bildeten sich dann Abteilungen in den o.a. Vereinen, welche sich dann im Jahr 2000 zu dem **Taekwondo Team Loreley** zusammengeschlossen haben.

Im Laufe dieser Zeit hat dieses Team Landesmeister, Deutsche und Internationale Deutsche Meister hervorgebracht.

Unsere Philosophie

Wir verstehen uns als eine Gemeinschaft mit dem Ziel, die Kampfkunst **Taekwondo** zu pflegen, zu fördern, in unserer Region zu verbreiten und vielen Menschen zugänglich zu machen.

Unsere Erfolgs-Philosophie hat unmittelbare, aktive Bedeutung für das Ansehen, das unsere Gemeinschaft und deren Mitglieder in der Öffentlichkeit genießen.

Wir tun etwas

Jedes Jahr werden Lehrgänge, Turniere, Meisterschaften, Prüfungen, Vorführungen, Zeltlager und gesellige Veranstaltungen angeboten und durchgeführt.

Wir sind Ihr Partner wenn es um Taekwondo geht.

Was ist Taekwondo ?

Taekwondo, ist die über 2000 Jahre alte koreanische Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Seit 1965 ist Taekwondo in Deutschland bekannt und hat sich weltweit rasant entwickelt. Heute ist Taekwondo eine anerkannte olympische Disziplin und wird von der Deutschen Taekwondo Union (DTU) beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) vertreten. Der sportliche Wettkampf ist die äußere Form dieser uralten Kampfkunst. In Wirklichkeit beinhaltet Taekwondo weit mehr als diesen Wettkampf, der nur einer von vielen Disziplinen innerhalb des Taekwondo darstellt. Für den Taekwondo-Schüler besteht Taekwondo nicht nur aus Kampf, sondern auch aus zahlreichen Sparringsarten, der Selbstverteidigung, dem Bruchtest, den Bewegungsformen und dem Hinführen zu einer Lebenseinstellung, die allgemein als DO bezeichnet wird.

Wir lehren alle Komponenten des Taekwondo

1. **Gibon** – Grundschule
2. **Poomsae** – Technik-Formen
3. **Taeryon** – Olympischer Wettkampf
4. **Dallyon** – Gymnastik
5. **Kyok Pa** – Bruchtest
6. **Hosinsul** - Selbstverteidigung

Kommen Sie zu einem kostenlosen Training

태권도

Ihr Ansprechpartner:
Herbert Simon
Weiselerstraße 15
56348 Bornich
Tel.: 06771 / 7236

eMail: simon-taekwondo@freenet.de

Taekwondo = Gesundheitssport für jung und alt !

Die ostasiatische Kampfkunst Taekwondo ist für beide Geschlechter jeden Alters gut für die Gesundheit. Wesentliche Gründe für die außergewöhnlich gesundheitsfördernden Effekte des Taekwondo sind folgende Aspekte:

- Ausgewogenheit und Vielfalt
- Training von Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination und strikter Vermeidung von einseitiger Belastung
- Enge Verflechtung von mentaler und körperlicher Schulung
- Training der physischen Komponenten wie Konzentration, Ausdauer, Willenskraft und Disziplin
- Förderung der charakterlichen Eigenschaften durch die Grundregeln des Taekwondo wie Gemeinschaftsgefühl, Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Respekt und Bescheidenheit.

Gerade für Kinder in der Wachstumsphase ist Taekwondo besonders geeignet, da die Ausübung der speziellen Gymnastik das gesunde Wachstum begünstigt. Doch auch ältere Menschen halten durch das Training sich und ihren Körper fit und gesund.

Taekwondo ist somit für beide Geschlechter jeden Alters gut für die Gesundheit, Selbstbehauptung und die Selbstverteidigung.

Zusammenfassend bietet Taekwondo eine hervorragende Möglichkeit zum Training aller körperlichen Hauptbelastungsformen bei niedrigem Verletzungsrisiko und niedrigem Risiko für Schäden am Stütz- und Bewegungsapparat.

Die positiven Effekte wirken sich sowohl auf die körperliche Fitness, als auch auf die Psyche und das Allgemeinbefinden aus.

Mit Taekwondo: „ FIT - SICHER - GESUND “