

24. Internationaler U-Chong Taekwondo Osterlehrgang – Trainingsplan

Halle 1
10. Kup
7. Kup

Halle 2
6. Kup
3. Kup

Halle 3
2. Kup
9. Dan

Halle 1
10. Kup
7. Kup

Halle 2
6. Kup
3. Kup

Halle 3
2. Kup
9. Dan

Halle 1
10. Kup
7. Kup

Halle 2
6. Kup
3. Kup

Halle 3
2. Kup
9. Dan

Freitag, 19. April 2019













Samstag, 20. April 2019

Sonntag, 21. April 2019

09:00 10:45	Registration und Anmeldung (Dreifachturnhalle Sport und Freizeitpark der Gemeinde Taufkirchen, Köglweg 99, 82024 Taufkirchen (bei München))			08:00 08:45	Yoga Gymnastik Tai'Chi'Chuan Meister Jo & An Meister Harloff		
11:00 12:30	 Begrüßung der Teilnehmer und Referenten anschließend gemeinsames Training mit allen Referenten			10:00 11:00	Gemeinsames Aufwärmtraining Meister Chang, Jo, Kim, Moon, An & Choi		
14:00 15:00	Taekwondo Mstr. An & Choi	Taekwondo Meister Kim & Jo	Taekwondo Meister Chang, Hesse & Lee	11:15 12:15	Basistechniken (Grundschule) & Poomse M.Hesse, Lee & Jo	Poomse & Ilbo Taeryon Meister Kohler & An	Wettkampf (mit Weste) M. Kim & Moon
15:30 16:30	Hyong Poomse & Ilbo-Taeryon Meister Englerth & Jo	Basistechniken (Grundschule) & Poomse Meister Hesse	Wettkampf (mit Weste) Mstr.Kim & Moon	13:30 14:00	Hosinsul Meister Harloff und Demoversion Meister Jo und An 14:00 Uhr Lehrgangsfoto!!!		
17:00 18:00	Hosin-Sul Meister Harloff	Wettkampf (mit Weste) Meister Moon & Choi	Poomse & Ilbo-Taeryon Meister Jo & An	13:15 14:15	Basistechniken (Grundschule) & Poomse Meister An	Wettkampf (mit Weste) Meister Kim, Moon & Choi	
				14:30 15:30	Hosin-Sul Meister Englerth	Hosin-Sul Meister Harloff	Art-of-Kicking Meister Jo, Lee & An
				14:30 15:30	Wettkampf (mit Weste) M. Moon & Choi		Hosin-Sul Meister Harloff & Englerth
				15:45 16:45	Kombinations-technik Meister Moon	Wettkampf (mit Weste) Meister Kim & Jo	Poomse & Ilbo-Taeryon Meister Kohler, Lee, An & Chang
				15:45 16:15	Gemeinsames Training mit allen Referenten und Verabschiedung		
				17:00 18:00	Alle gemeinsam zusammen Musikpoomse Meisterin Chang Jihyun & V orfü hrung der Referenten mit dem U-Chong Demo Team Geschenkübergabe		



Ab 19:00 Uhr gemeinsames Abendessen im Café **BRANDWERK** Tölzer Str.1, 82024 Taufkirchen

- | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Chang, Jae-Hee | Wilfried Harloff | Jürgen Kohler | Jo, In-Yong | Lee, Jeong-Geun | Jürgen Englerth | Moon, Sang-Hyun | Michael Hesse | Kim, Dearyung | An, Joonpil | Changrok | Chang, Jihyun |
| 8. Dan | 8. Dan | 7. Dan | 7. Dan | 7. Dan | 6. Dan | 6. Dan | 6. Dan | 6. Dan | 5. Dan | 5. Dan | 5. Dan |