



TAEKWONDO

2. Techniklehrgang

für Turniersportler
und Prüfungsanwärter

10.5.2026 in Tornesch

Technik verfeinern – Präsentation gestalten – Leistung zeigen
6 Referenten | 4 Hallen | 20 Trainingseinheiten

Intensivlehrgang mit Fokus auf Poomsae 7 bis 16 – Technik vertiefen und Präsentation schärfen, ergänzt durch Präsentationsläufe sowie die Vermittlung von Coaching-Wissen und eine Einführung in das Mentaltraining. Zur Förderung von Durchsetzungsvermögen, Konzentration und Präsenz in entscheidenden Momenten. Jetzt Platz sichern und für Wettkampf und Prüfung bereit sein!

Referenten

Kai Thomaschewski – 7. Dan Taekwondo, DOSB Trainer-B-Lizenz, WT Coach Lizenz, DTU Prüferlizenz Stufe C, NWTU Kampfrichter, NWTU Landestrainer, Bundeskader

Claudia Kohl – 6. Dan Taekwondo, DOSB Trainer-C-Lizenz, TVSH stv. Kampfrichterreferentin, Bundeskampfrichterin

Frank Steffen – 5. Dan Taekwondo, DOSB Trainer-B-Lizenz, WT Coach Lizenz, DTU Prüferlizenz Stufe A, TVSH Kampfrichter, TVSH Landeskader

Louis Thomaschewski – 4. Dan Taekwondo, DOSB Trainer-B-Lizenz, WT Coach Lizenz, NWTU Kampfrichter, NWTU Landeskader

Anh-Tuan Do – 3. Dan Taekwondo, DOSB-Trainer-B-Lizenz, WT Coach Lizenz, DTU Prüferlizenz Stufe C, TVSH Kampfrichter, TUSA Landestrainer, Bundeskader

Tuong-Vi Hannah Do – 3. Dan Taekwondo, Bundeskader

Anmeldung

Ab 01. März 2026 per E-Mail an bsl-tus-esingen@online.de.
Weitere Details werden in der Ausschreibung bekanntgegeben.

Kosten

Early Bird: Kinder & Jugend € 35, Erwachsene € 40
Regulär: Kinder & Jugend € 40, Erwachsene € 45
Late Bird: Kinder & Jugend € 45, Erwachsene € 50

Ort: KGS-Sporthalle, Klaus-Groth-Straße 11, 25436 Tornesch.
Veranstalter: Abteilung Taekwondo, TuS Esingen e.V.
Verantwortlich: Prof. Dr. Frank Steffen, Telefon: 0152 34158580,
E-Mail: bsl-tus-esingen@online.de



[www.tus-esingen.de/
abteilungen/taekwondo](http://www.tus-esingen.de/abteilungen/taekwondo)

