

USI - Information Übungsbetrieb

TAEKWONDO

Übungsleitung:

Zeit:

Ort:

Franz Sachsenhofer (8.Dan) Kurs Nr. 301: Montag, 18.00 - 19.30 Uhr Lentia, Hintereingang

Franz Sachsenhofer (8.Dan) Kurs Nr. 303: Donnerstag, 19.30 - 21.00 Uhr Auhofschule, Aubrunnerweg 43

Taekwondo - ist eine Budoart (es wird in einer Halle nach festgelegten Regeln trainiert und es werden Wettkämpfe durchgeführt) und stammt aus Korea.

8 gute Gründe ins Taekwondo-Training zu gehen:

1. Freude an koordinativer Bewegung
2. Spaß am Training zu zweit oder in der Gruppe
3. Techniktraining = kampsportspezifische Bewegungen
4. Körperschulung, Verbesserung des Körperbewusstseins
5. Schulung des mentalen Bereiches
6. Taekwondo ist persönlichkeitsbildend
7. Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit, Selbstbeherrschung und Selbstdisziplin
8. Egal wo Du sportlich gerade stehst, Taekwondo holt Dich dort ab und bringt Dich um einige Schritte weiter!

Taekwondo erfordert ein bisschen Disziplin - regelmäßige Trainingsbesuche.

Es kann als Wettkampfsport ausgeübt werden, muss aber nicht, sondern eignet sich auch hervorragend als Ausgleichssport –

und wer einmal das geniale „After-Taekwondo-Trainings-Gefühl“ kennen gelernt hat, will sowieso immer wieder was davon! ;-)

Ausgleichssport

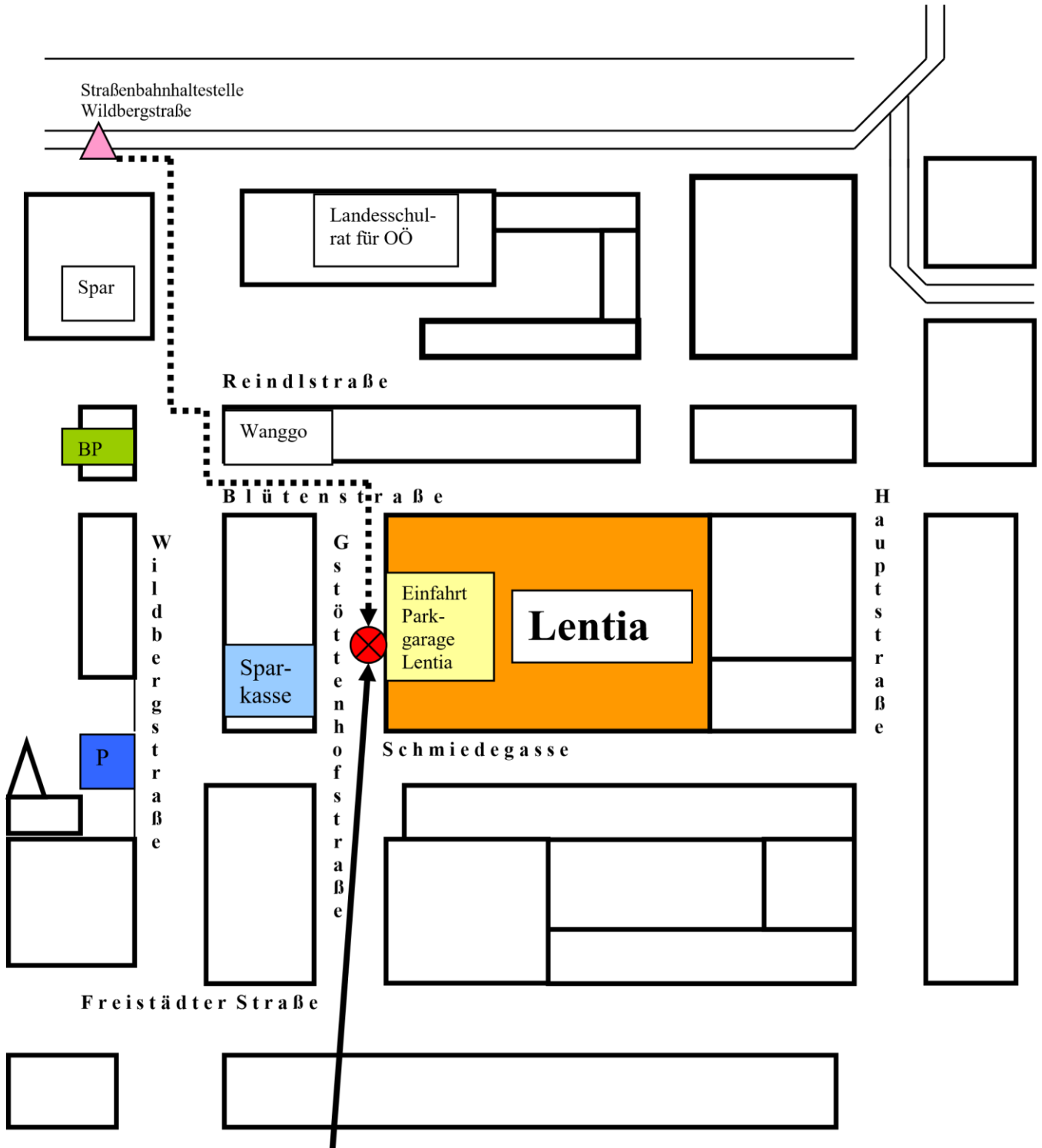


Wettkampfsport



Mehr Information unter www.taekwondo-usi-linz.at

Lageplan für USI-Übungsbetrieb TKD



**Eingang zum Turnsaal für
USI-Übungsbetrieb TAEKWONDO
Montag 18.10 – 19.35**

(Gstöttenhofstraße zwischen Lentia und Sparkassengebäude -gelbe Glastür zwischen Einfahrt Lentia-Einkaufs- und Bewohnerparkgarage und dann die Stiegen rauf bis zur Eingangstür)

Parkmöglichkeit besteht in der Lentiagarage
rund um das Lentia und am Kirchenparkplatz

(für 2 Stunden gratis Parken). Ansonsten in allen Straßen

P