



## Olympische Standards des World Taekwondo

Taekwondo ist die „Kunst (Do) des Fuß- (Tae) und Faust- (Kwon) Kampfes“.



Es beinhaltet die Selbstverteidigung (Hosinsul), die im Ernstfall besonders wirksam ist, den Ein-, Zwei- und Dreisrittkampf (Ilbo-, Ibo- und Sambo-taeryon) und das Sparring (Matsoki). Die Wettkampfdisziplinen sind Formen- und Vollkontaktkampf.

Insbesondere bei Gürtelprüfungen werden Bruchtests ausgeführt sowie Formen und Selbstverteidigung demonstriert.

Millionen Menschen auf der ganzen Welt üben olympisches Taekwondo aus. Im World Taekwondo sind inzwischen über 100 Mitgliedstaaten vertreten!



## Trainingszeiten und Kontaktmöglichkeiten

### Trainingszeiten Kinder:

Ort: Turnhalle Leopoldinum

Donnerstag 17.30 - 19.00 alle

Ort: Jahnturnhalle

Samstag 09.15 - 10.15 Anfänger

10.30 - 11.30 Fortgeschrittene

### Trainingszeiten Erwachsene:

Ort: Turnhalle St. Anton

Montag 18.30 - 20.00 alle

Ort: Turnhalle Leopoldinum

Donnerstag 19.00 - 20.30 alle ab 15 Jahre

### Gymnasium Leopoldinum:

Michaeligasse 15, 94032 Passau

### Grundschule St. Anton:

Dr.-Eggersdorfer-Straße 10, 94032 Passau

### Jahnturnhalle des TV Passau:

Jahnstraße 3, 94032 Passau)

### Ansprechpartner:

Peter Obermeier (5. DAN Taekwondo,  
Abteilungsleiter Taekwondo im TV Passau)

### Weitere Informationen:

[www.taekwondo-passau.de](http://www.taekwondo-passau.de)



WE  TAEKWONDO



## Fitness, Kraft und Körperbeherrschung

Wir bieten ein interessantes sowie abwechslungsreiches Training. Bei uns kommt weder Fitness, Kraft noch Körperbeherrschung zu kurz.

In unterschiedlichen Einheiten kann man bei uns die verschiedenen Formen des Taekwondo kennenlernen und trainieren. Sei es traditionelle Formenschule, olympischer Zweikampf in voller Schutzausrüstung oder realistische Selbstverteidigung.



## Selbstbewusst Herausforderungen bestehen

Natürlich gibt es ab einem gewissen Gurtgrad (ab 15 Jahren) auch eine zusätzliche Herausforderung: den Bruchtest, wo mit Hilfe einer selbst ausgewählten Technik und viel Konzentration ein Holzbrett durchschlagen wird.

Bei üblicherweise zwei Kup-Prüfungen im Jahr wird das Können in diesen Disziplinen überprüft und es wird bei Bestehen eine neue Gurtfarbe erreicht.

## Freundschaft, Spaß und Zusammenhalt

Natürlich kommt auch das Beisammensein, Freundschaft und vor Allem der Spaß nicht zu kurz. Jedes Jahr veranstalten wir Vereinsintern ein tolles Sommertrainingslager, wo bei verschiedenen Aktivitäten (Wandern, Baden, etc.) die Gemeinschaft gestärkt wird.

Ob Abends am Lagerfeuer bei Gitarrenbegleitung zusammen die bekannten Lieder singen oder bei der Fackelwanderung die Nacht zum Tag werden lassen – da ist für Jeden was dabei.

Alljährlich ist natürlich auch die Weihnachtsfeier des Taekwondo Passau mit Essen und Ehrungen, Bekanntgaben und Zusammenfassungen des Jahres für den Verein.

