



TURP

Taekwondo Union Rheinland - Pfalz e.V.

TURP-Lehrgang I-2010








Datum:

29. Mai 2010

Ort:

Sportzentrum, 55411 Bingen Büdesheim, Rundsporthalle. Anzufahren über: A61, Abfahrt Bingen, Richtung Bingen-Büdesheim, Beschilderung Sportzentrum folgen.

Referenten:

								
Prof. Cigano Michael Vas	Christian Braun	Tomik Hayrapetian	Giuseppe Gagliano	Sasan Dalirnejad	Anja Greb	Volker Knau	Torsten Dietl	Frank Lauer
Prof. Cigano Michael Vas	Begründer und Leiter von GRUPO CAPOEIRA BRASIL-Deutschland							
Christian Braun	7. Dan Combat Ju-Jitsu (AJJIF) Technischer Direktor der AJJIF für Deutschland, 5. Dan <u>Ju-Jutsu</u> (DJJV), Madunong Guro Phase 6 (IKAEF), Luta-Livre-Lehrer							
Tomik Hayrapetian	Mitglied der Deutschen Herrennationalmannschaft							
Giuseppe Gagliano	Landestrainer Wettkampf							
Sasan Dalirnejad	Mitglied der Deutschen Herrennationalmannschaft							
Torsten Dietl	Referent für Parkour							
Anja Greb	Ehem. Mitglied der Deutsche Damennationalmannschaft, Sporttherapie, Coaching							
Volker Knau	Aikido 3.Dan BDAS							
Frank Lauer	Trainer							
Lehrgangsgebühr:	15,00 EUR je Teilnehmer Die Lehrgangsgebühr (ggf. mit Verpflegung) bitte bis zum 22.05.2010 <u>vereinsweise</u> auf das Konto der TURP mit dem Hinweis „TURP Lehrgang 1-10“ zu überweisen. Der Überweisungsnachweis zum Lehrgang mitzubringen. Bei Nichtteilnahme erfolgt keine Erstattung, es kann jedoch Ersatz gestellt werden. Der Ausrichter bietet einen Kartoffelsalat mit Rindswurst u. Brötchen an, zum Preis von 3,00€. Für Trainer der TURP, mit gültiger Lizenz, ist der Lehrgang gebührenfrei .							
Bankverbindung	TURP/ BLZ 560 501 80 / Konto: 1100249927							
Meldeschluss:	22.05.2010							
Haftung:	Der Veranstalter/Ausrichter übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.							
Mitzubringen :	Gültiger DTU-Pass, Messer, Stock, Handpratze, Wettkampfausrüstung, Boxhandschuhe sofern verfügbar mitbringen,							
Anmeldung an:	TURP Geschäftsstelle , Corinna Pape-Sperling Bahnweg 11a, 55437 Ockenheim Tel. 06725/3772 Fax. 06725/96090 / Mail geschaeftsstelle@turp.de							

Hinweis:

- 4 ÜE werden zur Verlängerung der Trainerlizenz angerechnet.

Mit sportlichem Gruß

Horst Sperling Präsident der TURP

Eingetragen im Vereinsregister Amtsgericht Ludwigshafen VR 1663 LU	Geschäftsstelle Bahnweg 11a 55437 Ockenheim t 06725/3772 f 06725/96090 Mail geschaeftsstelle@turp.de	Kasse Michael Bitdinger Eichelhäherweg 3 54550 Daun t 06592 10140 f 06592 / 957547 Bitdinger@Web.de	Konto Sparkasse Rhein Nahe BLZ 560 501 80 Konto 1100249927
--	--	---	---



TURP

Taekwondo Union Rheinland - Pfalz e.V.

Vereinssammelmeldung

Verein: _____.

Anzahl	Name	Alter	Trainer C/B	Kup	Dan	Verpflegung JA / NEIN
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Die Lehrgangsgebühr (ggf. mit Verpflegung) ist auf das Konto der TURP einzuzahlen und der Meldung eine Kopie des Zahlungsnachweises beizufügen. Bei Nichtteilnahme verfällt die Lehrgangsgebühr.

Datum: _____ Unterschrift Verein: _____.

Eingetragen im Vereinsregister Amtsgericht Ludwigshafen VR 1663 LU	Geschäftsstelle Bahnweg 11a 55437 Ockenheim t 06725/3772 f 06725/96090 Mail geschaeftsstelle@turp.de	Kasse Michael Bitdinger Eichelhäherweg 3 54550 Daun t 06592 10140 f 06592 / 957547 Bitdinger@Web.de	Konto Sparkasse Rhein Nahe BLZ 560 501 80 Konto 1100249927
--	--	---	---



TURP

Taekwondo Union Rheinland - Pfalz e.V.

TURP-Lehrgang I-2010

Zeit	Halle A	Halle B	Halle C	SV Bühne
09:00 bis 09:15	Begrüßung der Referenten			
09:15 bis 09:35	Gemeinschaftliches Aufwärmen			
09:40 bis 10:40	Athletiktraining Sasan Dalirnejad	Pratzenübungen Wettkampfübungen Tomik Hayrapetian	Capoeira <i>Prof. Cigano Michael Vas</i>	Boxen Basics. Grundtechniken des Boxens <i>Frank Lauer</i>
10:50 bis 11:50	Westentraining ab 4. Kup Sasan Dalirnejad	Westentraining bis 4. Kup Tomik Hayrapetian	Capoeira <i>Prof. Cigano Michael Vas</i>	Boxen Basics. Grundtechniken des Boxens <i>Frank Lauer</i>
12:00 bis 13:00	Mittagspause			
13:00 bis 14:00	Prüfungsrelevante Wettkampfthemen Giuseppe Gagliano	SV mit Gelenkhebeln <i>Christian Braun</i>	Le Parkour / Freerunning ab 13 Jahre <i>Torsten Dietel</i>	Aikido Volker Knau
14:10 bis 15:10	Mental Coaching I - Optimale Leistung wenn es darauf ankommt Anja Greb	SV gegen Stockangriffe <i>Christian Braun</i>	Le Parkour / Freerunning ab 13 Jahre <i>Torsten Dietel</i>	Aikido Volker Knau
15:20 bis 16:20	Mental Coaching II - Fokusierung/Umsetzung Anja Greb	SV gegen Messerangriffe Street Safe <i>Christian Braun</i>		
16.30 bis 17.00	Gemeinsame Verabschiedung			

* DVDs und Bücher von Christian Braun kosten normalerweise 35 Euro/Stück. Der Lehrgangspreis ist 20 Euro pro Stück. Die DVDs findet man auf meinen Seiten: www.fight-academy.eu.

Änderungen vorbehalten!

Eingetragen im Vereinsregister Amtsgericht Ludwigshafen VR 1663 LU	Geschäftsstelle Bahnweg 11a 55437 Ockenheim t 06725/3772 f 06725/96090 Mail geschaeftsstelle@turp.de	Kasse Michael Bitdinger Eichelhäherweg 3 54550 Daun t 06592 10140 f 06592 / 957547 Bitdinger@Web.de	Konto Sparkasse Rhein Nahe BLZ 560 501 80 Konto 1100249927
--	--	---	---