

An alle interessierten Budosportler

TuSpo 09 Rahden e. V.  
Abteilungsleiter Selbstverteidigung  
Stefan Lange  
Alter Postweg 57  
D-32351 Stemwede  
[stefan.lange@tuspo-rahden.de](mailto:stefan.lange@tuspo-rahden.de)  
Tel.: 05745/920374  
Mobil: 0179/9043223

Stemwede, den 19. Februar 2010



## Vollkontakt Taekwondo Lehrgang in Theorie und Praxis



**Schnupperlehrgang in Theorie und Praxis in das olympische Wettkampfsystem des Vollkontakt-Taekwondos.**

- Datum:** Sonntag, den 19. September 2010
- Zeit:** 10:00 – 15:00 Uhr
- Ort:** Grundschulturnhalle, Schulstrasse 2, 32369 Rahden
- Ausrichter:** TuSpo 09 Rahden e. V., Abt. Selbstverteidigung
- Referent:** Bernd Grosse-Daldrup (Sportakademie Nottuln)  
4. Dan Taekwondo und ehem. Bezirkstrainer der NWTU e.V. 2003-2007
- Ausrüstung:** Tiefschutz und ggf. Zahn-, Kopf-, Schien- und Unterarmschutz mitbringen (Kopfschutz und Westen stehen zum Ausleihen bereit)
- Kosten:** 15,- €
- Teilnehmer:** offen für alle Vereine, Sportschulen, Clubs und Einzelpersonen
- Anmeldung:** vor Ort, Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Mit sportlichen Grüßen aus Rahden

Stefan Lange

