



## **SOMMER-INTENSIV-BUDO-SEMINAR**

Traditionelles Taekwon-Do, Karate-Do, Kickboxen

- Veranstalter/  
Ausrichter:** **VEREIN FÜR TRADITIONELLEN BUDOSPORT E.V.**
- Ort:** Sport- und Leistungszentrum Uplengen  
Niekampsweg 2, 26670 Uplengen  
Bei gutem Wetter wird am Badensee gezeltet.
- Zeit:** von Montag, den **22. Juli 2024**, 15.00 Uhr  
bis Sonntag, den **28. Juli 2024**, 12.00 Uhr
- Lehrgangleiter:** **Axel Markner**, staatlich geprüfter Diplom-Trainer des DOSB
- Lehrkräfte:** **Axel Markner**, staatlich geprüfter Diplom-Trainer des DOSB  
6. DAN Karate-Do, 5. DAN Kickboxen, 4. DAN Taekwon-Do  
**Alexander Hartmann**, Sportlehrer, 5. DAN Karate-Do, 4. DAN Kickboxen,  
3. DAN Taekwon-Do  
**Debbie Paterok**, Trainer-B-Lizenz des DOSB, 4. DAN Karate-Do, 3. DAN  
Taekwon-Do
- Prüfungen:** Es können nach vorheriger Anmeldung Prüfungen im Traditionelles  
Taekwon-Do, Karate-Do, Kickboxen einschließlich bis zum 1. KUP/KYU oder  
Brown Belt abgelegt werden.
- Chefprüfer:** **Axel Markner**, staatlich geprüfter Diplom-Trainer des DOSB, 6. DAN
- Prüfer:** **Alexander Hartmann** (Taekwon-Do, Karate-Do, Kickboxen)  
**Debbie Paterok** (Taekwon-Do, Karate-Do, Kickboxen)
- Mitzubringen:** Tobuk/Gi, Trainingsanzug, Turnschuhe, Trainingsschuhe,  
Taschenlampe, Bettwäsche, Schwimmsachen, Schreibutensilien,  
Prüfungsordnung, auffüllbare Trinkflasche, gültiger Budo-Pass mit  
eingetragener sportärztlicher Untersuchung nicht älter als 1 Jahr, ggf.  
Überweisungsbeleg

**Schnelltest:** Zu Beginn der Veranstaltung wird mit jedem Teilnehmer ein Corona-Schnelltest durchgeführt.

**Meldeschluss:** Schriftlich oder per Email an die Geschäftsstelle des **VTB e.V.** bis zum 14.07.2024 - info@vtbev.de

**Kosten:** € 499,-- **pro Teilnehmer**, inklusive Vollpension  
€ 580,-- für Nichtmitglieder.  
Darin sind enthalten:

- 40 Unterrichtsstunden
- 6 Übernachtungen
- 6x Frühstück
- 5x Mittagessen
- 5x Abendessen
- 1x Grillabend
- Sportstättengebühr
- Getränke und Knabbereien am gemütlichen Abend

**Die Lehrgangsgebühr bitte bis zum 14.07.2024 an die Geschäftsstelle des **VTB e.V.** überweisen.**

Keine Erstattung der Lehrgangsgebühr bei Nichtteilnahme.  
Im Krankheitsfall werden gegen Vorlage eines ärztlichen Attestes 50 % der Lehrgangsgebühren gutgeschrieben.

**Informationen:** Weitere Informationen unter Tel.: 0171-4603556 oder info@vtbev.de

**Kursangebote:**

- Prüfungsvorbereitung
- Techniktraining
- Realistische Selbstverteidigung
- Tuksu Donjak/Spezialtechniken
- Selbstbehauptung für Kinder
- Sparring
- Pratzentraining
- Trainieren am Danryon Dae/Makiwara
- Theorie zur Philosophie asiatischer Kampfkünste
- Meditation

**Freizeitmöglichkeiten:**

- Badensee mit Sandstrand und DLRG-Aufsicht (400 m vom Dojang/Dojo entfernt)
- Wasserrutsche
- Tretbootverleih (nicht in der Seminargebühr enthalten)
- Stand-Up-Paddling (nicht in der Seminargebühr enthalten)
- Kicker
- Autogenes Training
- Atemtechniken
- Turniere (Hyong/Kata, Kicker, Fußball, ...)
- Lauftraining
- Schwimmen
- Beachvolleyball-Feld am Badensee

**Haftung:**

Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung für Schadensfälle aller Art ab.

Mit sportlichem Gruß

Alexander Hartmann  
1. Vorsitzender