

Was erwartet euch?

Im Bereich Zweikampf präsentiert sich Taekwondo als olympischer Wettkampfsport. Gekämpft wird im K.O.-System, im „best of three“ Modus. Das heißt jede Runde wird einzeln gewertet und derjenige der in zwei von drei Runden mehr Punkte erzielt als sein Gegner, gewinnt.

Die Punkte werden mithilfe von elektronischen Schutzwesten und Kopfschützern gezählt, wodurch eine neutrale Bewertung der Treffer möglich ist. Generell zeichnet sich der Sport durch ein faires Miteinander aus. Die Sportler sind durch zahlreiche Schutzausrüstung sowie gut durchdachte Regeln geschützt. Verletzungen im Wettkampf sind somit eine Seltenheit.

Im Training arbeiten wir an unserer Ausdauer, unserer Kraft, unserer Koordination und Schnelligkeit, um die Tritttechniken bestmöglich ausführen zu können. Teamgeist ist ebenso gefragt, da wir nur gemeinsam besser werden können.



Mit genügend Training ist auch das Kämpfen im Taekwondo nichts, wovor man Angst haben muss. Ganz im Gegenteil werden Selbstvertrauen, Willensstärke, Fairness, Mut und Disziplin gestärkt.

Folgend ein paar Eindrücke aus dem Wettkampfsport:

<https://www.youtube.com/watch?v=ijO1LL3DqQc>



Schaut euch gerne auch auf unserem Youtube-Kanal (Taekwondo Benefeld) um, dort findet ihr Videos und Playlists rund um Taekwondo:

https://www.youtube.com/channel/UCC_NyrvyLYvQgHtxGTObdmQ



Olympisches Taekwondo

NEUE ANFÄNGERGRUPPE WETTKAMPF

Einmalige Möglichkeit für
den Direkteinstieg in den
Bereich des
Wettkampfsports

Mittwochs
17.00 - 18.00 Uhr

Sporthalle Waldorfschule
Poststraße
29699 Benefeld



8-14 Jahre



Startdatum: 21.02.2024

Beim ersten Training dürfen Eltern gerne dabei sein.



Jasper Scholz



+49 152 02892657



taekwondobenefeld

Jetzt unverbindlich anmelden