

Kinder und Kampfsport



Der OTC Bonn e.V mit Sitz in Bonn-Bad Godesberg bietet für die Olympische Disziplin Taekwondo neue Kinder/Jugend und Erwachsene Anfängerkurse ab Februar 2007 an.

Das Taekwondo Kindertraining für die Altersstufe 3-5 Jahre im OTC findet mittwochs von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr statt.

Das Taekwondo Kindertraining für die Alterstufe von 6-12 Jahre im OTC findet montags und freitags von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr statt.

Das Taekwondo Jugend und Erwachsene Anfängertraining ab 14 Jahre im OTC findet dienstags von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr und freitags von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr.

Unsere Trainingsgruppen bestehen aus weiblichen und männlichen Mitgliedern.

Das Mindestalter für eine Aufnahme in den Kinder Taekwondokurs beträgt **3 Jahre**.

Als Basic wird die koreanische Selbstverteidigungs-Kampfkunst **TAEKWONDO** unterrichtet.

Ein wesentlicher Bestandteil unseres Taekwondo- Kindertrainings ist es, den Kindern die Werte der koreanischen Kampfkunst wie, Selbstvertrauen, Disziplin, Körperbeherrschung, Fairness, Mut, Höflichkeit, Ehrgeiz, Ausdauer, Einschätzungsvermögen zu vermitteln.

Das ist notwendig um ein faires und sportliches miteinander zu ermöglichen.

Beim OTC- Training fließt natürlich auch viel Spaß ins Training ein, um den kleinen und großen Freude und Lust am Training zu vermitteln. Da Training soll Spaß machen, denn nur dann sind sie bereit auch die Techniken mit Freude zu erlernen

Schnuppertraining, wozu??

Das unverbindliche und kostenfreie Schnuppertraining im OTC Bonn soll es Ihnen ermöglichen, sich eine Meinung, ob Sie den Olympischen Sport Taekwondo erlernen möchten oder auch nicht, zu bilden.

Für das Probetraining ist es jedoch erforderlich, dass Sie sich über unser "**Formular für ein Schnuppertraining**" vor der ersten Trainingseinheit anmelden.

Bei Kindern und Jugendlichen muss das **Anmeldeformular** durch eine erziehungsberechtigte Person ausgefüllt werden.

Das kostenlose Probetraining umfasst insgesamt 1 1/2 Trainingsstunden für die Jugendliche / Erwachsene und 1 Stunde für Kinder.

Was benötigen Sie für ein unverbindliches Probetraining?



- Jogging bzw. Trainingsanzug (auf jeden Fall eine lange Trainings-Hose!)
- T-Shirt bzw. Sweater
- ev. ein Getränk für den eigenen Bedarf
- Sportschuhe sind nicht erforderlich, da die Halle mit Spezifischen TKD Matten ausgelegt ist. Also barfuss trainiert wird

Wir hoffen, dass Ihnen dieser kleine Wegweiser den Einstieg in die Welt der Kampfkunst etwas erleichtern kann und wünschen, bei einem eventuellen Probetraining, viel Spaß.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen während der Schnupperstunde, aber auch gerne telefonisch unter der Nr. Mobil: 01 70 - 55 20 217 oder per e-mail: info@otc-bonn.de zur Verfügung. Weitere Infos erfahren Sie unter www.otc-bonn.de

Die Trainingshalle ist gleichzeitig eine der **Landesstützpunkte** für Taekwondo in **NRW**, hier finden auch regelmäßig Kaderlehrgänge statt.

Anschrift: **Mallwitzstr. 1a -53179 Bonn**