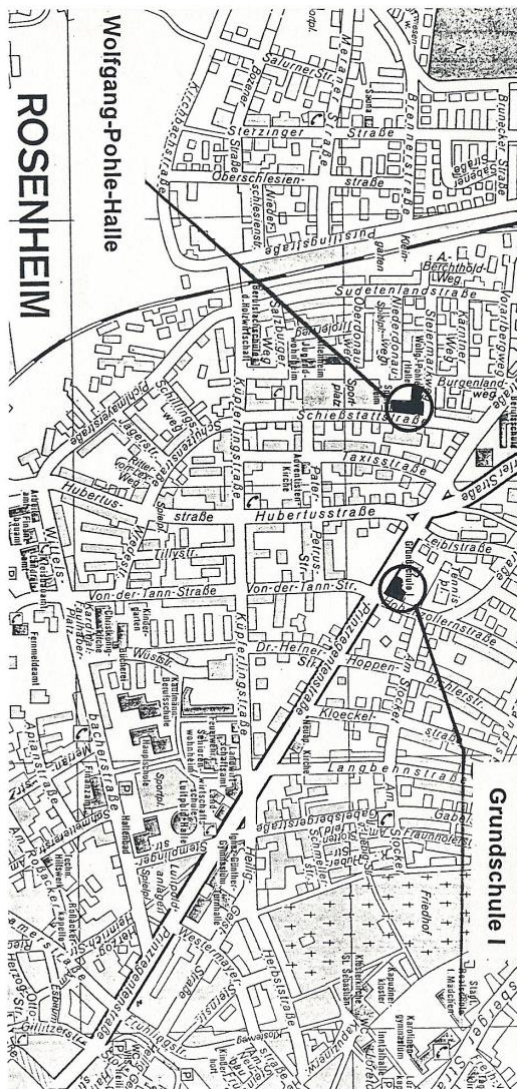


Hier trainieren wir, bzw. so finden Sie uns:  
Montags & Mittwochs beim Sportbund in der  
Wolfgang-Pohle-Halle und Donnerstags in der  
Grundschule I



Infoblatt herausgegeben durch  
**Sportbund DJK Rosenheim**  
**Abteilung TAEKWONDO**

Abteilungsleitung:  
Reinhard Patzner  
Tel.: 08031/88320  
info@sbr-taekwondo.de  
www.sbr-taekwondo.de  
Stellvertretende Abteilungsleitung:  
Sait Gülcen, Markus Michalek

Hauptverein:  
Schießstattstr. 9 – 11  
83024 Rosenheim  
Tel.: 08031/87722  
Fax: 08031/890028

Abteilungskonto:  
Sparkasse Rosenheim-Bad Aibling  
BIC: BYLADEM1ROS  
IBAN: DE82 7115 0000 0000 0410 20

**Taekwondo im  
Sportbund DJK Rosenheim**

Instagram-Channel



@TAEKWONDOROSENHIM

Facebook-Seite



#taekwondorosenheim #selbstverteidigung #kampfkunst  
#fitness #kampfsport #wettkampf #taekwondo #hapkido  
#konzentration #gemeinschaft #spaß #gesundheit



# Taekwondo

# 태권도

**Seit 1973 in Rosenheim**

**... richtig trainieren !!!**

**... mit Spaß trainieren !!!**

**... beim SBR trainieren !!!**

## Was ist eigentlich Taekwondo?

**태, TAE** = Fuß (mit dem Fuß treten, stoßen)

**권, KWON** = Faust (mit der Faust stoßen, schlagen)

**도, DO** = „Weg“, Art des Lernens, geistige Einstellung

Taekwondo als Kampfkunst gibt es seit etwa 2000 Jahren. Es ist die traditionelle Art der koreanischen, waffenlosen Selbstverteidigung, des sportlichen Wettkampfes und auch olympische Disziplin. Dabei ist Taekwondo nicht einfach nur Sport & Fitness, Wettkampf und Selbstverteidigung, sondern vor allem auch Charakterschulung und Lebensphilosophie: Geduld, Ausdauer, Respekt, Integrität und Höflichkeit werden durch regelmäßiges Training ausgebildet – Taekwondo wird aus diesem Grund in vielen Orten Bayerns als Schulsport angeboten. Beginnen und ausüben kann man Taekwondo mit jedem Alter und Geschlecht. Denn obwohl Taekwondo ein sehr dynamischer Kampfsport ist, kann man ihn statt als Leistungssport auch einfach nur "just for fun" betreiben. Weitere Informationen können Sie unmittelbar während des Trainings bekommen. Schauen Sie doch einfach mal unverbindlich vorbei, oder noch besser: "testen" Sie, ob Ihnen Taekwondo gefällt und absolvieren ein kostenloses Probetraining. Für den Anfang genügt ein Jogging- oder Trainingsanzug. Für weitere Auskünfte steht Ihnen der Abteilungsleiter, Herr Reinhard Patzner gerne zur Verfügung. Sie erreichen ihn am besten während des Trainings zu den nebenstehend genannten Zeiten oder aber tagsüber unter ☎: 08031/88320 sowie per Mail.

## Unsere Trainingszeiten für Kinder ab 6 Jahren:

### Montag in der Wolfgang-Pohle-Halle

Kampfsportthalle (EG), Schießstattstr. 9, Rosenheim

17:00 - 18:00 Anfänger

18:00 - 19:00 Fortgeschrittene  
(= ab gelbem Gürtel)

### Donnerstag in der Turnhalle der Grundschule I

Ecke Prinzregenten-/Hohenzollernstraße

17:15 - 18:00 Anfänger

18:00 - 19:00 Fortgeschrittene  
(= ab gelbem Gürtel)

## Trainingszeiten für Jugendliche und Erwachsene:

### Montag in der Wolfgang-Pohle-Halle

Halle 3 (1. OG links) Schießstattstr. 9 Rosenheim

19:00 - 20:30 Anfänger & Fortgeschrittene

### Donnerstag in der Turnhalle der Grundschule I

Ecke Prinzregenten-/Hohenzollernstraße

19:00 – 20:30 Anfänger & Fortgeschrittene

20:30 – 21:30 Fortgeschrittene Hapkido  
/ freies Training

## Wettkampftraining für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ab dem 8. Kup (Gelbgurt) Infos bei unseren Trainern

## Unsere Trainer:

Das Taekwondotraining wird von unserem Vorstand Herrn Reinhard Patzner (4. Dan, betreibt Taekwondo seit 1971) geleitet. Unterstützt wird Reinhard Patzner von unserem Trainerteam: Herr Sait Gülcen (2. Dan, betreibt Taekwondo seit 2005), Herr Markus Michalek (4. Dan, betreibt Taekwondo seit 1995) und Frau Michaela Patzner (2. Dan, betreibt Taekwondo seit 1999).

Daneben steht uns noch Herr Georg Karrenberg (6. Dan, ehem. Landes- und Bundestrainer) mit seinem Rat zur Seite. Alle sind erfahrene Trainer, die Sie langsam an die Taekwondo-Techniken heranführen.

## Und was kostet das Training?

### Probetraining ist bei uns kostenlos!

Für Mitglieder kommt zu der mit dem Training verbundenen Anstrengung für alle **unter 18 Jahren** (bzw. Schüler, Studenten mit Ausweis etc.) noch ein Jahresbeitrag in Höhe von insgesamt 132 € pro Jahr (inkl. Beitrag für den Hauptverein, den Sportbund DJK Rosenheim). Daraus errechnet sich ein **Monatsbetrag von 11 €**.

Für alle anderen beträgt der Jahresbeitrag 180 € (ebenfalls inkl. Beitrag für den Hauptverein, den Sportbund DJK Rosenheim). Daraus errechnet sich ein **Monatsbetrag von 15 €**.

**Schwarzgurte haben als Weißgurte begonnen und ihr Ziel nicht aus den Augen verloren!**

