

Beste Taekwondo-ka,

Hierbij nodigen wij u uit voor het 27^e internationale weekend-seminar dat door de U.T.I. wordt georganiseerd.

Dit weekend is een uitstekende gelegenheid om uw kennis en vaardigheden in Taekwon-Do verder uit te bouwen. Daarnaast is het ontmoeten van Taekwondo-ka's uit andere landen zeker zo belangrijk.

Er kan een compleet weekendprogramma worden gevolgd maar het is ook mogelijk één dag mee te trainen. Omdat er met een beperkt aantal deelnemers wordt gewerkt moet van tevoren gereserveerd worden. Het aantal plaatsen is beperkt dus snel reageren is noodzakelijk.

Bij het reserveren voor (een gedeelte van) het seminar dient € 50,- aanbetaald te worden.

Vrijdag 23 juni bent u vanaf 18.00 uur van harte welkom in Hostel Harba Lorifa, Past. Heerkensdreef 20 te Valkenswaard (voor routebeschrijving zie achterzijde).

Richtlijn Programma:

Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Na 18.00 uur aankomst	08.00-08.30 uur ontbijt	08.00-08.30 uur ontbijt
	09.00-12.00 uur 1e training	09.00-12.00 uur 1e training
	Lunch	Lunch
	14.00-16.00 uur 2 ^e TKD-training	14.00 uur Examen
	17.00-19.00 uur 3 ^e training	Vertrek na 17.00 uur
	Na 20.00 uur BBQ	

Basistechnieken

Hierin worden de basisprincipes van het Taekwon-Do in de verschillende technieken en standen behandeld.

Tuls

In de traditionele oefenvormen van Taekwon-Do zijn de ervaringen van generaties meesters verwerkt. De trainingen richten zich op verdieping en perfectie van deze vormen.

Stap-sparring

Een complete serie aangepaste oefeningen stelt ook de gevorderde Taekwondo-ka's in staat hun kennis en vaardigheden verder te ontwikkelen.

Zelfverdediging

Er wordt gewerkt met een uitgebalanceerd systeem van zelfverdedigingsoefeningen gebaseerd op de traditionele Taekwon-Do technieken.

Ademhalingstechnieken en meditatie/concentratie

De U.T.I. beschikt over een uitgebreid oefenschema. Tijdens de beoefening van de verschillende Taekwon-Do disciplines wordt dit geïntroduceerd en uitgewerkt.

Wapens

Het U.T.I. Taekwon-Do beoefent het gebruik van en de verdediging tegen een aantal wapens zoals:

Dan-Bong: korte stok

Jung-Bong: lange stok

Dan-Geom: mes.

Aanmelden voor dit seminar kan tot 1 mei 2023 via het secretariaat van de U.T.I.: secretariaat@utitaekwondo.com.
Zie ook de website <http://www.utitaekwondo.com>.

United Taekwon-Do International
Seminar van 23
t/m 25-06-2023

Locatie
Harba Lorifa,
Valkenswaard

Deelname
Vanaf blauwe
band

Kosten
€ 160,= All-in

Voor 1 dag trainen
incl. eten:
€ 100,= zaterdag
€ 75,= zondag

Betaling
Na aanbetaling
vooraf restant
hierna overmaken
of contant tijdens
seminar.

Rekeningnummer
UTI: 1960335.
IBAN:
NL30INGB000196
0335
BIC: INGBNL2A

Examen
Degene die
examen doet moet
hier apart voor
betalen