

Timetable INFORM 2026

MI 02.09.	Programm
10:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
11:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
13:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
14:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
15:00	Gruppentraining zum Mitmachen
16:30	Info + Vorführung

DO 03.09.	Programm
10:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
11:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
13:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
14:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
15:00	Gruppentraining Akrobatik zum Mitmachen
16:30	Info + Vorführung

FR 04.09.	Programm
10:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
11:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
13:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
14:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
15:00	Gruppentraining zum Mitmachen
16:30	Info + Vorführung

SA 05.09.	Programm
10:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
11:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
13:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
14:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
15:00	Gruppentraining zum Mitmachen
16:30	Info + Vorführung
SO 06.09.	Programm
10:00	Gruppentraining zum Mitmachen
11:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
13:00	Schnuppern Kleinkinder (3-5,99 Jahre)
14:00	Schnuppern Kinder(ab 6 Jahren), Jugendliche, Erwachsene
15:00	Gruppentraining zum Mitmachen
16:30	Info + Vorführung

Kimoodo = Langsames Taekwondo

eine ganzheitliche Trainingsmethode aus Korea, die Körper, Geist und Atmung in Einklang bringt. Durch fließende Bewegungen, Atemübungen und Meditation stärkt es innere Ruhe, Konzentration, Gesundheit und Resilienz. Es verbindet Elemente der Heilgymnastik mit Kampfkünsten und fördert so Balance, Kraft und Gelassenheit.

Traditionelles Taekwondo ist eine koreanische Kampfkunst, die Körper, Geist und Charakter gleichermaßen entwickelt. Im Mittelpunkt stehen nicht Wettkämpfe, sondern Werte wie Respekt, Disziplin, Selbstbeherrschung und Mut. Durch Techniken, Formen (Hyongs), Partnerübungen und Meditation lernen Schüler, sich selbst stetig weiterzuentwickeln. Traditionelles Taekwondo ist damit weit mehr als Sport – es ist ein Weg des lebenslangen Lernens.

