

„Winter Break“

5. NWTU-Breitensportlehrgang

Kyorugi / Breitensport / Sportabzeichen / Poomsae



Datum: Samstag, 28. November 2026
Ort: Martin-Niemöller-Gesamtschule
Apfelstraße 210, 33611 Bielefeld
Veranstalter: Nordrhein-Westfälische Taekwondo Union e.V.
NWTU-Breitensportreferent: Cem Baykan
Ausrichter: Songokus Taekwondo e.V. / Ali Ünlüsoy
Einlass: ab 8:45 Uhr
Beginn: 9:45 Uhr
Ende: ca. 16:00 Uhr

Landesverband für Taekwondo

Mitglied der Deutschen
Taekwondo Union e.V.

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Inhalte:

- Absolvieren des **DTU-Taekwondo-Sportabzeichens**, ergänzt durch einen **vorbereitenden Kurs** für alle Interessierten, auch wenn die Ablegung des Sportabzeichens auf dem Lehrgang nicht angestrebt wird. **Theoretische Einführung** in und **Vermittlung** von praktischen Inhalten für **Taeryon-Übungen** (formenorientiert) bei **Jochen Schneider** und **Nicole Braun**.
- Einführung in die **Grundlagen** des **Zweikampfs**, **Taktik-** sowie **Techniktraining**, spezielles **Training für Kinder** im **Zweikampf** und **Sparringsübungen** bei Kukkiwon Dispatcher **Dongeon Lee**.
- Formenorientierte **Grundtechniken**, besonderes **Kicktraining** zur Verbesserung der Höhe und Härte, **Snap** und **Impact** im Formenlauf sowie die Vermittlung praxisnaher Einheiten zu

Geschäftsstelle: Hindenburgstraße 28 • 51766 Engelskirchen • T: 02263 - 903738 • F: 03222 - 1813090 • E: office@nwtu.de • www.nwtu.de



Athletic Sport Sponsoring
ICH BIN DEIN AUTO



KWON
TOUCH THE SPIRIT

Die Referent*innen



Dongeon Lee

7. DAN Taekwondo
Kukkiwon Dispatch Master Germany
Ex-Bundesstützpunkttrainer
Weltmeister-Coach

Fachgebiet: Kyorugi



Thomas Lettner

8. DAN Taekwondo
NWTU-Prüfungsreferent

Fachgebiet: Prüfungswesen



Jochen Schneider

3. DAN Taekwondo
WT Coach Lizenz
Bundeskampfrichter DTU Technik
DOSB Sportabzeichen Prüfer Taekwondo

Fachgebiet: Poomsae & Sportabzeichen

Anh-Tuan Do

3. DAN Taekwondo
Landestrainer Technik TUSA, TVSH
Europameister 2023
9. Platz WM 2026

Fachgebiet: Poomsae



Nicole Braun

7. DAN Taekwondo
Deutsche Meisterin Technik
Ex-Bundeskaderathletin
DOSB Sportabzeichen Prüferin Taekwondo

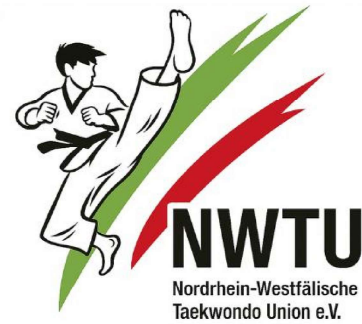
Fachgebiet: Breitensport & Sportabzeichen

Geschäftsstelle: Hindenburgstraße 28 • 51766 Engelskirchen • T: 02263 - 903738 • F: 03222 - 1813090 • E: office@nwtu.de • www.nwtu.de

„Winter Break“

5. NWTU-Breitensportlehrgang

Kyorugi / Breitensport / Sportabzeichen / Poomsae



NWTU
Nordrhein-Westfälische
Taekwondo Union e.V.

Meldeschluss: 21. November 2026 / max. 150 Teilnehmende

Landesverband für Taekwondo

Gebühr: 25 € für NWTU-Mitglieder
30 € für Nicht-NWTU-Mitglieder

Mitglied der Deutschen
Taekwondo Union e.V.

Anmeldung: **Ausschließlich** über die DTU-Datenbank



Die Meldung ist nur gültig bei Zahlungseingang bis zum 21. November 2026!

Die Teilnahmegebühr ist auf folgendes Konto zu entrichten:

Kontoinhaber: Nordrhein-Westfälische Taekwondo-Union e.V.

IBAN: DE06 3506 0386 1367 5702 07

BIC: GENODED1VRR

Verwendungszweck: **BSL 28.11.26 + Vereinsname**

Verpflegung: Catering wird vom Ausrichter angeboten

Sonstiges:

- Für den Bereich **Zweikampf** müssen Weste, Schützer, Helm und 2 leichte Pratzen mitgebracht werden!
- Informationen zum Ablegen des Sportabzeichens sind auf der NWTU-Homepage zu finden (Breitensport): Prüfkarten, Leistungstabellen, generelle Informationen
- Anmeldung zum Sportabzeichen: [Sportabzeichen: BSL 28.11.2026 – Formular ausfüllen](#) (maximal 30 TN; QR-Code auf der nächsten Seite)

Eine andere Zahlungsweise (Bar, Scheck, usw.) oder eine spätere Zahlung werden nicht akzeptiert. Bei Nichtteilnahme erfolgt keine Rückerstattung. Die Gebühr ist nicht personenbezogen, sondern kann für jeden Vereinssportler, der die Voraussetzungen zur Teilnahme erfüllt, verwendet werden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden. Jeder Teilnehmer hat in gesundheitlich einwandfreiem Zustand teilzunehmen und nimmt unter dieser Maßgabe eigenverantwortlich an dieser Veranstaltung teil. Jeder Teilnehmer erklärt sich mit der Anmeldung damit einverstanden, dass auf dem Lehrgang gemachtes Bild- und Videomaterial auf der NWTU Homepage, Facebook und Instagram veröffentlicht werden kann. Minderjährige Teilnehmer*innen haben diese Erklärung durch ihre Personensorgeberechtigten schriftlich abzugeben.

Datenschutz-Einwilligungserklärung gem. §4a Bundesdatenschutzgesetz: Mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der personenbezogenen Daten erklärt sich jeder Teilnehmer im Rahmen der Zweckbestimmung der NWTU einverstanden. Sie können Ihr Einverständnis zur Erhebung, Verarbeitung und Nutzung Ihrer personenbezogenen Daten jederzeit per E-Mail unter dsb@nwtu.de oder in anderer schriftlicher Form widerrufen. Die Daten werden dann umgehend, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungsfristen entgegenstehen, gelöscht oder gesperrt.

Geschäftsstelle: Hindenburgstraße 28 · 51766 Engelskirchen · T: 02263 - 903738 · F: 03222 - 1813090 · E: office@nwtu.de · www.nwtu.de



5. NWTU Breitensportlehrgang 28.11.2026 Bielefeld



Zeitplan

5. NWTU Breitensportlehrgang 2026: Poomsae, Kyorugi, Breitensport und Sportabzeichen
Offen für alle Verbände, Fachrichtungen und Sportler*innen (Ausschreibung beachten!)

Uhrzeit	Halle 1 - Kyorugi	Halle 2 - Breitensport & Sportabzeichen	Halle 3 - Poomsae
ab 9.15	Hallenöffnung		
09:15 - 9:40	Einlass & Registrierung		
ab 9:45	Begrüßung		
10:00 - 11:10	Grundlagen und Basis des Wettkampfs Dongeon Lee	Vorbereitung auf das Taekwondo-Sportabzeichen Nicole Braun Jochen Schneider	Beherrschung der Grundtechniken Thomas Lettner
			Kick-Perfektionierung Anh-Tuan Do
11:10 - 11:25	Pause		
11:25 - 12:35	Taktik- und Techniktraining im Zweikampf Dongeon Lee	Sportabzeichen Taekwondo Nicole Braun Jochen Schneider	Snap und Impact für den Formenlauf Thomas Lettner Anh-Tuan Do
12:35 - 13:15	Mittagspause		
13:15 - 14:25	Kinder-Training: spielerische Ansätze im Kyorugi Dongeon Lee	Taeyon: Kombinationen aus dem Schrittkampf Nicole Braun Jochen Schneider	Keypoints 1 (Taeguek) Thomas Lettner Anh-Tuan Do
14:25 - 14:40	Pause		
14:40 - 15:50	Kyorugi-Sparring und praxisorientiertes Training für den Zweikampf Dongeon Lee	Sportabzeichen Taekwondo Nicole Braun Jochen Schneider	Keypoints 2 (Höhere Formen) Thomas Lettner Anh-Tuan Do
15:50 - 16:00	Feedbackrunde & Verabschiedung		
ab ca. 16:00	Ende		

Kyorugi (Zweikampf)	Sportabzeichen Breitensport	Poomsae (Formenlauf)
---------------------	-----------------------------	----------------------

Lehrgangsort: Martin-Niemöller-Gesamtschule, Apfelstraße 210, 33611 Bielefeld



Anmeldung: Sportabzeichen BSL 28.11.2026 (max. 30 TN)