



laufend neue
Anfängerkurse für Kinder
und Jugendliche!

TAEKWONDO

Anfänger und Fortgeschrittene Kurse

(keine Vorkenntnisse erforderlich)

Der koreanische Kampfsport ist einer der populärsten Kampfsportarten überhaupt und unterscheidet sich von anderen asiatischen Kampfsportarten deutlich durch den stark ausgeprägten Formenlauf, in dem insbesondere Stellungen, Bewegungsabläufe und Präzision trainiert werden.



Zwar ist die Taekwondo-Technik sehr auf Schnelligkeit und Dynamik ausgelegt, was nicht zuletzt durch den Wettkampf bedingt ist, trotzdem ist unser Training so ausgerichtet, dass es für jede Altersgruppe geeignet ist.

Sie können Taekwondo sowohl als Breitensport oder Freizeitausgleich, sowie als Leistungssport betreiben und bestimmen somit die Intensität des Trainings selbst.

Die Vorzüge unseres Taekwondo-Trainings liegen auf der Hand:

Sie profitieren von den enthaltenen Gymnastikübungen, schulen Ihre Reflexe, erlernen Methoden zur körperlichen Selbstverteidigung und haben die Möglichkeit, an Wettkämpfen teilzunehmen oder bei Showveranstaltungen aufzutreten. Bei uns finden für noch mehr Effektivität spezielle Trainingseinheiten in kleinen Gruppen jeden Alters statt.





Der Verein für eine Vielzahl an fernöstlichen Trendsportarten

Im Asian Sports Center trainieren Sie Taekwondo, Hap Ki Do, Ki Do, Fitness-Boxen, Manager-Boxen, Yoga, Meditation, Qigong, Tai Chi, Pilates, Selbstverteidigung und vieles mehr unter der Leitung von Top-Trainern.



Unser Sportcenter hat als erster Sportverein in Deutschland einen Vertrag über den Austausch von Sportstudenten mit der Youngsan University in Korea abgeschlossen. In regelmäßigen Abständen sind Sportler aus Korea in Bad Windsheim zu gast. Natürlich können auch unsere Mitglieder nach Korea reisen und sich an der Sportuniversität besonders ausbilden lassen bzw. Sport studieren.

Der Einklang von Körper und Geist ist eines der höchsten Ziele des Sportlers.


Asian
Sports Center
Bad Windsheim

Asian Sports Center
Dr. Boris Zimmermann Halle
Sporthallenweg 10 • 91438 Bad Windsheim
Telefon: 09841-6825888



Powered by