TAEKWONDO SPANTEKOW

Am

12.12.2026

und

präsentieren

TUMV BREITENSPORT

den 4. Kampfsportlehrgang in Krien

mit Top-Referenten aus verschiedenen Sportarten/Bereichen

John-Theo Castaño
- Muay Thai Instructor
- 4. Dan Kickboxen
- 3. Dan Combat Karate

Lukas Freese
- Trainer-C-Lizenz TKD
- 4. Dan Taekwondo
- Kampfrichterreferent Technik der TUMV

Johannes Döhring
- Trainer-B-Lizenz TKD
- 1. Dan Taekwondo
- Co-Landestrainer Kampf der TUMV

Juliane Übersee
- Trainerin Capoeira

Theo Mielke
- Trainer Amateurboxen

Stefan Ulicnik
- Trainer-C-Lizenz TKD
- 4. Dan Taekwondo
- Landestrainer Kampf der TUMV

Sabine Krause & Ilona Ketel
- Trainerin Chigong
- Aerobic / Erwärmung

Frank Seidenkranz
- Trainer-B-Lizenz TKD
- 6. Dan Taekwondo
- SV-Trainer beim HSG Uni Greifswald

Bernd Heitschmidt
- 1. Dan Budo Karate

Susi Bierwerth
- Trainerin Kinderyoga

Inhalte: TDK Kampf, TKD Poomsae und TKD Akrobatik sowie Selbstverteidigung: Chigong, Muay Thai, Karate, Boxen und Capoeira sowie Kinder-Yoga

Ort: Turnhalle der Grundschule Schwalbennest, Bauernstraße 3 in 17391 Krien

Zeitplan: Ab 09:00 Uhr geht’s los - Es finden jeweils mind. 2 Angebote parallel statt

Kosten: 5,00 € je Teilnehmer/in; kleiner Imbiss wird angeboten

www.tumv.de