



# Poomsae-Seminar für Profis

**Südkoreas ‚Beste der Besten‘ kommen für ein intensives zweitägiges Trainingsseminar nach Deutschland.**

Perfektionieren Sie unter der Anleitung von zwei Großmeistern und einem Weltmeister Ihre Poomsae-Techniken und feilen Sie an der Feinabstimmung von Haltungen und Stellungen bis hin zu den Handtechniken.



**15.06.2019 - 16.06.2019**

**Ort:** Leopold-Lucas-Straße 18, 35037 Marburg, **Ausrichter:** Taekwondo Marburg e.V.  
**Teilnahmegebühr:** €65 (1 Tag), €120 (2 Tage), **Teilnahmevoraussetzungen:** ab 2. Kup

## Die Referenten:



### Großmeister Seung Jae Heo (8. Dan)

- Team Arumchan Korea Head Coach
- WT & Asian Referee 1. Class, WT Demonstration Officer
- Int. Olympic Committee Solidarity Tech. Coach
- Asian Game Junior Poomsae National Team Trainer



### Großmeister Sangyoung Park (6. Dan)

- Team Arumchan England Head Coach
- Winner Taekwondo Performance Team Manager
- WT Referee (Kyurugi & Poomsae)
- Ehem. britischer Nationaltrainer Poomsae & Freestyle



### Weltmeister Jin Ho Shin

- 1. Platz 9th WTF World Poomsae Championships (Cadet Indiv. & Paar)
- 1. Platz 4th Asian Junior TKD Poomsae Championships (Jun.Ind)
- Studiert an der Korea National Sport University Taekwondo



### Choong Won Lee

- 1. Platz Korea Taekwondo Association Championships
- 1. Platz Yongin University Championships
- Poomsae-Präsentationen für ‚Korea’s Got Talent‘ und mehrere Fernsehshows



## Das Programm:

### 15.06.2019 (Sa.)

- 09:00-10:30 Grundtechniken und Stellungen
- 10:30-12:00 Poomsae 8 Jang bis Kumgang
- 12:00-13:00 Mittagspause
- 13:00-16:00 *Gruppe 1:* Poomsae 4-7 Jang und Keypoint  
*Gruppe 2:* Poomsae 10-13 und Keypoint

### 16.06.2019 (So.)

- 09:00-10:30 Grundtechniken und Kicks
- 10:30-12:00 Poomsae 7 Jang bis Koryo
- 12:00-13:00 Mittagspause
- 13:00-16:00 *Gruppe 1:* Poomsae 4-6 Jang, Kumgang und Keypoint  
*Gruppe 2:* Poomsae 14-16, Pyongwon und Keypoint

**Weitere Infos:** [www.tkd-marburg.de/poomsaeseminar2019.html](http://www.tkd-marburg.de/poomsaeseminar2019.html)

Dieser Lehrgang gilt als Lizenzverlängerungslehrgang für Trainer C und B Lizenzen mit 2,5 LE pro Tag.

