



FUN SEMINAR DISTRICT ZUID

zaterdag 31 mei 2025

10:00 - 14:00 uur



Onderdeel Freestyle
**Robin Leewis &
Gino van Leeuwen**
Leden Stijlselectie Team NED



Onderdeel Nunchaku-Do
Jordy Lammerse
Taekwondo Pal-Jang



Onderdeel Stijl
Theo van de Molengraft
Lid Stijlselectie Team NED



Onderdeel Sparring
Hamza el Baroud
RTC Eindhoven Sparring

20
25

태권도
TAEKWONDO
BOND NEDERLAND

Locatie:
Sporthal de Slagen
De Gaard 2
5146 AW Waalwijk



Deelname (gratis voor TBN leden):
Scan de QR code om je aan te melden.
Maximaal 80 aanmeldingen.
Vragen/afmeldingen: tkddistrictzuid@gmail.com

Organisatie	TBN District Zuid																																				
Informatie	Ling Leewis +31 (0)6 41312351 tkddistrictzuid@gmail.com																																				
Locatie	Sporthal de Slagen De Gaard 2 5146 AW Waalwijk																																				
Datum	Zaterdag 31 mei 2025																																				
Opzet	Dit seminar wordt georganiseerd om de leden van Taekwondo Bond Nederland een leuk en leerzame dag taekwondo te bieden. Het seminar bestaat uit 4 onderdelen: • Freestyle • Stijl • Nunchaku-Do • Sparring Alle onderdelen worden verzorgd door gekwalificeerde trainers (+ assistenten) met de nodige kennis en ervaring in bovengenoemde disciplines. De deelnemers worden in 4 groepen verdeeld die rouleren over de 4 onderdelen zodat iedereen aan elk onderdeel kan deelnemen.																																				
Deelname	Alle deelnemers worden geacht op eigen risico aan het seminar deel te nemen. Door deelname verklaren zij zich akkoord de TBN c.q. de organisatie te vrijwaren van elke aansprakelijkheid. In geval van Sparring: Meenemen van eigen bescherming, pantser en helm is verplicht.																																				
Tijdschema	<table><tr><th>Start</th><th>Eind</th><th>Tijd</th><th>Activiteit</th></tr><tr><td>09:45</td><td></td><td></td><td>Aanwezig/registratie</td></tr><tr><td>10:00</td><td>10:10</td><td>10 min</td><td>Opening/gezamenlijke warming-up</td></tr><tr><td>10:15</td><td>11:00</td><td>45 min</td><td>Ronde 1</td></tr><tr><td>11:05</td><td>11:50</td><td>45 min</td><td>Ronde 2</td></tr><tr><td>11:50</td><td>12:20</td><td>30 min</td><td>Pauze</td></tr><tr><td>12:20</td><td>13:05</td><td>45 min</td><td>Ronde 3</td></tr><tr><td>13:10</td><td>13:55</td><td>45 min</td><td>Ronde 4</td></tr><tr><td>14:00</td><td></td><td></td><td>Afsluiting</td></tr></table>	Start	Eind	Tijd	Activiteit	09:45			Aanwezig/registratie	10:00	10:10	10 min	Opening/gezamenlijke warming-up	10:15	11:00	45 min	Ronde 1	11:05	11:50	45 min	Ronde 2	11:50	12:20	30 min	Pauze	12:20	13:05	45 min	Ronde 3	13:10	13:55	45 min	Ronde 4	14:00			Afsluiting
Start	Eind	Tijd	Activiteit																																		
09:45			Aanwezig/registratie																																		
10:00	10:10	10 min	Opening/gezamenlijke warming-up																																		
10:15	11:00	45 min	Ronde 1																																		
11:05	11:50	45 min	Ronde 2																																		
11:50	12:20	30 min	Pauze																																		
12:20	13:05	45 min	Ronde 3																																		
13:10	13:55	45 min	Ronde 4																																		
14:00			Afsluiting																																		
Aantal deelnemers	Maximaal 80 deelnemers																																				
Inschrijfgeld	Gratis voor TBN leden																																				
Aanmelden	Online aanmelden (zie QR code of onderstaande link). Link naar aanmeldformulier Na aanmelding via het formulier ben je direct aangemeld, je krijgt hiervan een bevestigingsmail (zie je geen mail check dan je spam folder). Enkele dagen voor het seminar krijg je een mail met extra informatie. Kun je onverhoopt toch niet deelnemen meld je dan af door een e-mail te sturen naar: tkddistrictzuid@gmail.com Indien het maximum is bereikt zal een wachtlijst ingesteld worden.																																				
Toeschouwers	Gratis toegang op de tribunes																																				