

# Taekwon-Do

für Mädchen und Buben in Hengsberg



Taekwon-Do Meister Gregor Schöppel u. BEd. Andrea Penz



## Taekwon-Do für Kinder

Taekwon-Do ist eine traditionelle, fernöstliche Kampfkunst, bei der es neben der Gesundheit und Beherrschung des eigenen Körpers vor allem auch um die Entwicklung eines guten Charakters und einer positiven Lebenseinstellung geht.

### Taekwon-Do fördert bei Kindern sehr viel Positives:

- Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer
- Achtsamkeit und Respekt
- Neue Freundschaften
- Motivierende Selbstdisziplin
- Effektive Selbstverteidigung
- Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen
- Abbau von Spannungen, Stress und Aggressionspotenzialen
- Ausgeglichenheit für den Schulalltag

### Nachmittags-Kurs Im Bewegungsraum Dr. Gernot Träger

Matzelsdorf 12a, 8411 Hengsberg

### Termine & Kurszeiten

Jeden Dienstag 14:30 - 15:30 Uhr; Start 5. Oktober

### Preis

10€ pro Einheit (Rabatt für Familien, Geschwister)

Schnuppern Kostenlos

### Information & Anmeldung

BEd. Andrea Penz

Tel: 0664/19 46 008

gregor.schoeppel@gmx.at

