



# Hosinsul- Lehrgang



## Der Traditionellen Taekwon-Do-Abteilung

Das Traditionelle Taekwon-Do fokussiert sich im regulären Training meist auf Blocks, Tritte und Schläge als Mittel zur Selbstverteidigung. Hebel, Würfe und das richtige Fallen sind zwar auch Teil des Taekwon-Do, werden im Training aus Zeitgründen aber nicht so intensiv behandelt.

Um euch diese Elemente, die unter dem Überbegriff „Hosinsul“ zusammengefasst werden, trotzdem näher bringen zu können, wollen wir im November erneut einen Lehrgang mit diesem Schwerpunkt anbieten.

|                  |                                                                                                                                  |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Was?</i>      | <b>Lehrgang zum Thema „Hosinsul“</b>                                                                                             |
| <i>Wann?</i>     | <b>Samstag, 21.11.2026</b><br>10.00 – 12.00 und 13.00 – 15.00                                                                    |
| <i>Wo?</i>       | <b>Geothermie Arena</b> (Utzweg 1, 82008 Unterhaching)<br>Judo-Halle (Untergeschoss)                                             |
| <i>Dozent</i>    | <b>Michael Öruc</b> , 6. Dan Taekwon-Do                                                                                          |
| <i>Kosten</i>    | 10€ für Mitglieder der Abteilung<br>20€ für Nicht-Mitglieder<br><i>Bitte bringt das Geld am Tag der Veranstaltung in bar mit</i> |
| <i>Anmeldung</i> | Anmeldeformular per Mail an <a href="mailto:trad.taekwondo@tsv-unterhaching.de">trad.taekwondo@tsv-unterhaching.de</a>           |

Der Lehrgang ist offen für Teilnehmer aller Stile, Altersstufen und Graduierungen. Auch Kinder und externe Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Bitte denkt außerdem daran, ausreichend Trinken und Verpflegung für die Mittagspause mitzunehmen. *Auch saubere Hausschuhe/Schlappen für den Weg von der Umkleide bis zur Matte werden benötigt.*

Wir freuen uns auf die gemeinsame Veranstaltung!

Mit sportlichen Grüßen

Euer Traditionelles TKD-Trainer-Team

# Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum „Hosinsul-Lehrgang“ am **21.11.2026** in Unterhaching an.

**Name, Vorname**

**Graduierung**

**Verein**

**Geburtsdatum**

**E-Mail**

**Anschrift**

Die Teilnahmegebühr in Höhe von 10€ für Mitglieder der Abteilung bzw. 20€ für Nicht-Mitglieder ist am Tag der Veranstaltung in bar zu entrichten.

An- und Abreise sowie die Teilnahme an der Veranstaltung geschehen auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

Für Mitglieder des TSV Unterhaching besteht im Rahmen dieser Veranstaltung Unfall-Versicherungsschutz, externe Teilnehmer sorgen für diesen bitte selbst.

---

Ort, Datum

Unterschrift

## Einverständniserklärung für minderjährige Teilnehmer

Mein oben genanntes Kind darf an der Veranstaltung teilnehmen.

---

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigter

## Datenschutzerklärung

Ich bin damit einverstanden, dass Bilder, die im Rahmen der Veranstaltung entstehen, und auf denen ich/mein Kind zu erkennen bin, auf der Website des Vereins oder sonstigen Vereinspublikationen veröffentlicht werden.

---

Ort, Datum

Unterschrift