

SV-Lehrgang mit Großmeister Kum-Sik Kwak (2017-02-04)

Am Samstag, den 04.02.2017, fand in Karlsruhe-Grötzingen wieder der Selbstverteidigungs-Lehrgang mit Großmeister Kum-Sik Kwak (9. Dan Taekwondo) statt. Insgesamt waren 150 interessierte Taekwondo-Sportler angereist, um die von Herrn Kwak gezeigten Selbstverteidigungstechniken gegen waffenlose und bewaffnete Angriffe zu erlernen. Auch drei Sportlerinnen vom Taekwondo Club Spöck e.V. und eine Sportlerin vom Taekwondo Club Ilyo Weingarten e.V. waren dabei und konnten ihr SV Programm durch viele interessante Impulse vertiefen und erweitern.

Zusammenfassend war es ein wirklich toller Lehrgang!



(v. l. Ingrid Geggus (TKD Weingarten), Lara Adam, Kum-Sik Kwak, Marion Adam, Celina Adam)



Großmeister Kum-Sik Kwak erklärt die Übungen



Ingrid und Marion trainieren Messerabwehr mit Doppelhandblock



Celina und Lara beim Üben diverser Messerabwehrtechniken