



*Kurz vor dem Kampf*

Danach ging es mit sportlichen Aktivitäten weiter. Den Kindern wurde mit dem TSV Taekwon-Do die asiatische Kampfsportart näher gebracht. Dabei wurde den Kindern erklärt, dass besonders Schnelligkeit und Dynamik wichtig sei. Am Anfang machten die Kinder Muskelaufbauübungen für Bauch, Beine usw.

Anschließend konnten Sie die Basics üben wie z. B. den Frontkick. Am Ende waren die Kinder so begeistert, dass sie sich gegenseitig auf einen Kampf einließen. Natürlich gab es Regeln, welche befolgt werden mussten, damit am Schluss niemand zu Schaden kommen konnte. Die Kinder hatten eine Menge Spaß am Taekwon-Do.



*Die Kinder beim Üben*