

# Olympischer Fachverband für Taekwondo in NRW

## Ausschreibung zum TU NRW Breitensportlehrgang- Nr. 2026

- offen für alle Verbände -

**Veranstalter:** TU NRW e.V.  
**Ausrichter:** LSG Taekwondo Team  
Nachwuchslandesspützpunkt NRW  
Wiemhof 11, 42551 Velbert

**Datum:** 25. April 2026  
**Zeit:** Registratur: 9:00 Uhr  
Beginn: 10:00 Uhr  
Ende: 16:00 Uhr

**Meldeschluss:** 11. April 2026  
**Teilnehmer:** Sportler ab 6 Jahren, verbands offen

**Ort:** EMKA Sportzentrum  
Am Sportzentrum 1, 42551 Velbert

**Gebühr:** 25,00 €

zu überweisen bis spätestens zum **11.04.2026** auf das Konto der TUNRW unter Angabe des Verwendungszwecks:

**BSL 2026 + Vereinsname + Teilnehmerzahl**

Volksbank Bigge-Lenne e.G  
IBAN **DE29460628172751694700**

**Anmeldung:** colak@gmx.de  
Name, Alter, Verein, Gürtelgrad

**Mitzubringen:** Dobok, komplette Wettkampfausrüstung, Pratzen, Stock, Übungsmesser, ggf. Yogamatte, (DTU) Verbandsausweis

**Sonstiges:** offen für alle Verbände

**Haftung:** Alle Beteiligten nehmen auf eigenes Risiko an der Veranstaltung teil. Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung für Personen und Sachschäden. Mit der Abgabe der Anmeldung oder Teilnahme erklären sich die Teilnehmer oder der Erziehungsberechtigte ausdrücklich mit dem Haftungsausschluss einverstanden. Datenschutz - Einwilligungserklärung gem. Bundesdatenschutzgesetz: Mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der personenbezogenen Daten erklärt sich jede/r am Lehrgang teilnehmende/r Sportler/In, bzw. deren Erziehungsberechtigte/ Betreuer, im Rahmen der Zweckbestimmung der TUNRW einverstanden. Das Einverständnis zur Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der personenbezogenen Daten kann jederzeit per Email unter office@tunrw.de oder in anderer schriftlicher Form widerrufen werden. Die Daten werden dann umgehend, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungsfristen entgegenstehen, gelöscht bzw. gesperrt. Alle Teilnehmer, bzw. deren Erziehungsberechtigte/ Betreuer erkennen an, dass sämtliche im Rahmen des Lehrgangs erstellten Bilder/-videos zur Veröffentlichung auf der Internetseite des Verbandes und auf anderen Medien (z.B. Taekwondo Aktuell, Facebook usw.) freigegeben werden.

TAEKWONDO  
UNION



NRW e.V.



**Breitensportreferent:**

**Name: Ismet Çolak**

**Adresse:**

Wiemhof 11, 42555 Velbert

Email: colak@gmx.de

Web: lsg-langenberg.de

**Mobil: 0170 - 4509134**

**TUNRW**

Bankverbindung:

Inhaber: TU NRW e.V.

Volksbank Bigge-Lenne e.G

DE29460628172751694700

Amtsgericht Siegen

VR 2347

Landessportbund NRW 220C



**KWON**



# Olympischer Fachverband für Taekwondo in NRW

## Ausschreibung zum TU NRW Breitensportlehrgang-Nr. 2026

- offen für alle Verände -

**Datum :** 25. April 2026

**Themen:** Trainiere mit den Besten

- Wettkampf
- Poomsae
- Freestyle
- Selbstverteidigung, Karv Maga
- Theoretisches Wissen
- Mixed Martial Arts MMA
- Yoga

**Inhalte:**

- Moderne **Wettkampf** mit den Welt- & Europameistern
- **Poomse** mit den Besten für die Weltmeister von morgen
- Moderne **Selbstverteidigung** simple und effektiv,
- spezielle Kurse für Kinder, Frauenselbstverteidigung ,
- **Selbverteidigung 40+**, Fit & Sicher praktische Übungen für mehr Sicherheit – Selbstvertrauen im Alt-Tag
- **Theorie** „Wissen ist Macht“
- **MMA** Elemente in Verbindung mit
- Taekwondoselbstverteidigung
- **Yoga**, Körperwahrnehmung, Gleichgewichtssinn, Entspannung, alle Yogatraditionen haben die Beruhigung des Geistes zum Ziel

**Referenten:**

**Dongeon Lee** 7. Dan

Kukkiwon zertifizierter Taekwondo-Meister, Weltmeister, Asian- Meister, World Cup Winner, ehem. Bundestrainer, Coach WM Gewinner

**Seonghyun Lee** 6. Dan

Kukkiwon zertifizierter Taekwondo-Meister, B.A. Taekwondo Yong-In University, ehm. Taigon Demonstrations Team, int. Meister U-Chong, Head Coach Team Bandi

**Meinolf Lüttecken** 8. Dan

Vize-Präsident Breitensport TUNRW, Erfolgstrainer und Coach, Hapkido 2. Dan, Vize Weltmeister, Medaillengewinner Grand Prix

**Mirza Arnautovic** 4. Dan

Selbstverteidigungsreferent TUNRW, Self Defense Trainer- Gewaltprävention IHK, Karv Maga Trainer, Taekwondo Trainer DOSB

**Anna Siepmann** 4. Dan

Landestrainerin NTU, Kaderathletin der Deutschen Nationalmannschaft, Medaillengewinnerin EM 2025, FISU World Games 2025, Nominierung und Teilnahme bei WM, Vize EM, mehrfache Deutsche Meisterin

**Christopher Mallinowski**

Jiu Jitsu Trainer, Mixed Martial Arts- MMA Trainer

**Manuela Müller**

Yogalehrer Tradition von Swami Sivananda, Iyengar-Yoga-Akademie

TAEKWONDO  
UNION



NRW e.V.



**Breitensportreferent:**

**Name:** Ismet Çolak

**Adresse:**

**Wiemhof 11, 42555 Velbert**

**Email:** colak@gmx.de

**Web:** lsg-langenberg.de

**Mobil:** 0170 - 4509134

**TUNRW**

Bankverbindung:

Inhaber: TU NRW e.V.

Volksbank Bigge-Lenne e.G

DE29460628172751694700

Amtsgericht Siegen

VR 2347

Landessportbund NRW 220C



**KWON**

