HERBSTLEHRGANG 2019

LEHRGANG MIT
GROSSMEISTER
KO MYONG

SHINSON HAPKIDO

OSTASIATISCHES BEWEGUNGS- UND
GESUNDHEITSTRAINING

8.–10. NOVEMBER

HAMBURG

Herzlich willkommen zum Shinson Hapkido-Training
für alle: Anfänger/innen, Fortgeschrittene,
Neugierige und Interessierte anderer Kampfkünste.

Veranstalter: Shinson Hapkido-Dojang Hamburg 1, Suyang e. V.
Leitung: Sabomnim Lidija Kovačić, 4. Dan

HERBSTLEHRGANG 2019

WIR LADEN HERZLICH EIN

zu einem Wochenendlehrgang voller Bewegung, Spaß und Gemeinschaft für alle. Ob jung oder alt, mit oder ohne Erfahrung in Bewegungs- und Kampfkünsten – alle sind willkommen, gemeinsam mit uns zu trainieren.

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

WANN **8.–10. NOVEMBER 2019**

WO
- Max-Brauer-Schule, Bei der Paul-Gerhardt-Kirche 1–3, 22761 Hamburg
- Sporthalle in der Elbinselschule, Krieterstraße 2B, 21109 Hamburg Wilhelmsburg
- Shinson Hapkido-Schule Altona, Dojang Hamburg 1, Friedensallee 44, 22765 Hamburg

INHALT
- Chon-Jie-In Myong Sang/Meditation
- Danjeon Hohupbop/Atemtechnik
- Shinson Ki Do In Bop/Heilgymnastik für den Alltag
- Shinson Hapkido-Training
- Gemeinschaftstraining
- Diskussion und Beratung

WER
- Alle können teilnehmen, Neulinge, Fortgeschrittene, Interessierte aus anderen Kampf- und Bewegungskünsten.
  Das Training ist auch für Menschen mit Behinderungen geeignet.

MITNEHMEN
- Shinson Hapkido-Ausweis
- Leichte Kleidung oder Shinson Hapkido-Dobok
- Ab 4. Kup: Chang Bong
- Hallenschuhe oder warme Socken
- Schreibzeug
- Für Übernachtung im Dojang: Schlafsack und Luftmatratze o. ä.

LEHRERINNEN
- Sonsanim Ko Myong, Gründer Shinson Hapkido/Korea
  Autor von „Bewegung für das Leben“
- Offizielle Shinson Hapkido-Lehrer/innen

VERANSTALTER
- Shinson Hapkido-Schule Altona, Suyang e.V.
  Friedensallee 44, 22765 Hamburg, Tel. 040-89 13 98
  Dojangleitung: Sabomnim Lidija Kovačić
- Die Veranstaltung findet mit offizieller Genehmigung der International Shinson Hapkido Association e.V. statt.

KOSTEN
- Erwachsene: 60 Euro
- Kinder/Jugendliche 6–17 Jahre: 30 Euro

➔ ANMELDESCHLUSS: MONTAG, 28. OKTOBER 2019

HERBSTLEHRGANG 2019

ZEITPLAN + ADRESSEN

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

➔ FREITAG, 8. NOVEMBER

MAX-BRAUER-SCHULE,
BEI DER PAUL-GERHARDT-KIRCHE 1–3,
22761 HAMBURG ALTONA

18:30 – 20:30	Training ab 1. Kup Shinson Hapkido

➔ SAMSTAG, 9. NOVEMBER

SPORTHALLE IN DER ELBINSELSCHULE,
KRIETERSTRASSE 2B,
21109 HAMBURG WILHELMSBURG

10:00 – 11:00	Gemeinschaftstraining für alle
11:00 – 12:30	Gruppentraining
12:30 – 14:30	Mittagspause
14:30 – 16:00	Gruppentraining
16:00 – 17:00	Gemeinschaftstraining

SHINSON HAPKIDO-SCHULE ALTONA,
FRIEDENSALLEE 44, 22765 HAMBURG

ab 18:30	Gemütliches Zusammensein und Abendessen

➔ SONNTAG, 10. NOVEMBER

SHINSON HAPKIDO-SCHULE ALTONA,
FRIEDENSALLEE 44,
22765 HAMBURG ALTONA

5:45	Vorbereitung
6:00 – 7:00	Meditation und Gymnastik
7:30 – 9:00	Frühstück

SPORTHALLE IN DER ELBINSELSCHULE,
KRIETERSTRASSE 2B, 21109 HAMBURG WILHELMSBURG

10:00 – 11:00	Gesundheitstraining für alle ab 6 Jahre
11:00 – 12:00	Gemeinschaftstraining
13:00 – 14:00	Gesprächsrunde mit Sonsanim Ko Myong

HERBSTLEHRGANG 2019

ADRESSEN

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

MAX-BRAUER-SCHULE

BEI DER PAUL-GERHARDT-KIRCHE 1–3,
22761 HAMBURG, ALTONA

Der S-Bahnhof Bahrenfeld ist ca. 13 Minuten Gehweg von der Max-Brauer-Schule entfernt, der S-Bahnhof Altona ca. 20 Minuten. Der Bus 2 ist ca. 8 Minuten Gehweg entfernt.

SHINSON HAPKIDO-SCHULE ALTONA

FRIEDENSALLEE 44, 22765 HAMBURG, ALTONA

Die Shinson Hapkido-Schule befindet sich im Hinterhof der Friedensallee 44 im ersten Stock. Der S-Bahnhof Altona ist ca. 10 Minuten Gehweg entfernt. Der Schnellbus 37 hält wenige Meter vom Dojang.

SPORTHALLE IN DER ELBINSELSCHULE

KRIETERSTRASSE 2B, 21109 HAMBURG, WILHELMSBURG

Die Dreifelderhalle liegt zwischen der Elbinselschule und dem Helmut-Schmidt-Gymnasium. Die Komplexe gehen ineinander über. Parkplätze sind direkt an der Krieterstraße vorhanden.
Die Sporthalle liegt ca. 8 Fußminuten vom nächsten S-Bahnhof Wilhelmsburg entfernt.

HERBSTLEHRGANG 2019

ANMELDUNG

ZUM SHINSON-HAPKIDO HERBSTLEHRGANG
8.–10. NOVEMBER 2019 IN HAMBURG

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

KOSTEN

Erwachsene: 60 Euro.
Kinder/Jugendliche 6 – 17 Jahre: 30 Euro.
Eine Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten ist für alle unter 18 Jahren erforderlich.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich über Ihren Dojang an;
Einzelpersonen / Gäste können sich per Fax, E-Mail oder vor Beginn des Lehrgangs anmelden.
Abmeldungen sind bis zum 1. November 2019 möglich.
Bei späterer Abmeldung muss der Teilnahmebeitrag gezahlt werden. Wir bitten hierfür um Verständnis.

ANMELDUNG AN

Shinson Hapkido-Schule Altona / Suyang e.V.
Tel. / Fax: 040 - 89 13 98, E-Mail: kontakt@suyang.de

➔ ANMELDESCHLUSS: MONTAG, 28. OKTOBER 2019

SCHULE / DOJANGLEITUNG

ADRESSE

TEL./FAX E-MAIL

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.
Für mitgebrachte Gegenstände kann nicht gehaftet werden.

	NAME	ALTER	KUP/ DAN	ÜBERNACHTUNG IM DOJANG: BITTE ANKREUZEN! FREITAG	SAMSTAG	UNTERSCHRIFT
01.						
02.						
03.						
04.						
05.						
06.						
07.						
08.						
09.						
10.						

HERBSTLEHRGANG 2019

ANMELDUNG

ZUM SHINSON-HAPKIDO HERBSTLEHRGANG
8.–10. NOVEMBER 2019 IN HAMBURG

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

➔ ANMELDESCHLUSS: MONTAG, 28. OKTOBER 2019

SCHULE/DOJANGLEITUNG

ADRESSE

TEL./FAX E-MAIL

	NAME	ALTER	KUP/ DAN	ÜBERNACHTUNG IM DOJANG: BITTE ANKREUZEN! FREITAG	SAMSTAG	UNTERSCHRIFT
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						
27.						
28.						
29.						

HERBSTLEHRGANG 2019

EINVERSTÄNDNIS-ERKLÄRUNG

BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN

Hiermit erkläre ich mich mit der Teilnahme meines Kindes

VORNAME NAME

am Shinson Hapkido Herbstlehrgang, vom 8.–10. November 2019 in Hamburg, einverstanden.

Ich bin mit den Unterrichts- und Lehrmethoden des Shinson Hapkido vertraut und mir ist bekannt, dass die Teilnahme auf eigene Gefahr erfolgt. Ich habe außerdem mein Kind darüber informiert, dass den Anweisungen der verantwortlichen Personen (Shinson Hapkido-Lehrer/innen bzw. Betreuer/innen) unbedingt Folge zu leisten ist.

DATUM UNTERSCHRIFT EINES ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN

NAME DER/DES ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN

ADRESSE DER/DES ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN

➔ TELEFONNUMMER DER/DES ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN (BITTE UNBEDINGT ANGEBEN)

Bitte geben Sie Ihrem Kind sicherheitshalber eine Krankenkassenkarte und/oder die nötigen Daten zur Krankenversicherung mit:

KRANKENKASSE/GESCHÄFSTELLE

NAME DES MITGLIEDES GEBURTSDATUM DES MITGLIEDES