

WERTE FÜR'S LEBEN

HOL DIR DEN POKAL

BESONDERS FLEISSIGE SCHÜLER ERHALTEN DEN PREIS FÜR FOLGENDEN
FÜR ZUHAUSE ÜBERDURCHSCHNITTlichen EINSATZ!
ZUM NACHHALTEN!

ZEITRAUM: Januar bis zur Kup-Prüfung im Dezember
POKAL-ÜBERGABE bei der Dezember-Kup-Prüfung

☐	Teilnahme am Taekwondo-Lehrgang der Sportschule Fichtner	6 Std.
☐	Kampfkunst-Sommercamp	4 Std.
☐	Assistenten-Fortbildung	4 Std.
☐	Teilnahme am Familientag	2 Std.
☐	Teilnahme am Eltern-Kind-Tag	2 Std.
☐	Training in den Osterferien	je 1 Std.
☐	Training in den Pfingstferien	je 1 Std.
☐	Training in den Sommerferien	je 1 Std.
☐	Teilnahme an einer TKD-Demo	2 Std.
☐	Referat zum Thema Kampfkunst in der Schule abgehalten	4 Std.
☐	Freunde bei der Prüfung dabei	1 Std. pro Freund
☐	Mithilfe bei Events	2 Std.
☐	Personaltraining	2 Std.
☐		
☐		

UM DEN POKAL ZU BEKOMMEN, BENÖTIGST DU 30 STUNDEN!

GESAMT-Stunden

INFO: DIESE KARTE IST NUR FÜR DEINE EIGENEN NOTIZEN. DIE KARTE ZUM ABSTEMPELN BEKOMMST DU SEPARAT!

WERTE FÜR IHR KIND

CHECKLISTE

STICHPUNKTE

Das rotierende Curriculum umfasst 4 Parts, sind alle durchlaufen hat man den grünen Gurt erreicht und kann in den Elite Club wechseln.

Auf der Unterrichtskarte stehen die jeweiligen Anforderungen zur Prüfung. Part 1 – 4 / Prüfungen finden nach Abschluss des jeweiligen Parts statt.

EINE SEPARATE UNTERRICHTSKARTE ZUM ABSTEMPELN VERBLEIBT IM DOJANG!

- PRÜFUNGSVORAUSSETZUNGEN
- Die geforderten UNTERRICHTSEINHEITEN müssen im jeweiligen Part erbracht werden.
 - Das Blatt THEORIE muss vollständig ausgefüllt werden.
 - Das Blatt HEIMTRAINING sollte eigenverantwortlich ausgefüllt werden und zu mindestens 1/3 ausgefüllt sein. Muss bei der Prüfung vorliegen.
 - GRADUIERUNG: Momentaner KUP.
 - Welche KUP-PRÜFUNG soll absolviert werden.
 - FITNESSTEST: bestehend aus Liegestützen, Kniebeugen und Sit-Ups.
 - Bei neuen Schülern muss der Eingangstest vorgelegt werden.
 - Schüler, welche die Prüfung zum nächst höheren KUP machen, müssen mehr Wiederholungen vorweisen, als bei der letzten Prüfung.
 - PERSÖNLICHES TRAINING
 - GÜRTELFÜHRERSCHEIN
 - UNTERSCHRIFT der ELTERN
 - UNTERSCHRIFT des TAEKWONDO-LEHRERS

NOTIZEN • ERGÄNZUNGEN

DIE GESAMTE CHECKLISTE MUSS BEI DER PRÜFUNG VOLLSTÄNDIG AUSGEFÜLLT VORLIEGEN!

WERTE FÜR IHR KIND

10. bis 6. KUP

DIE GÜRTELFARBEN

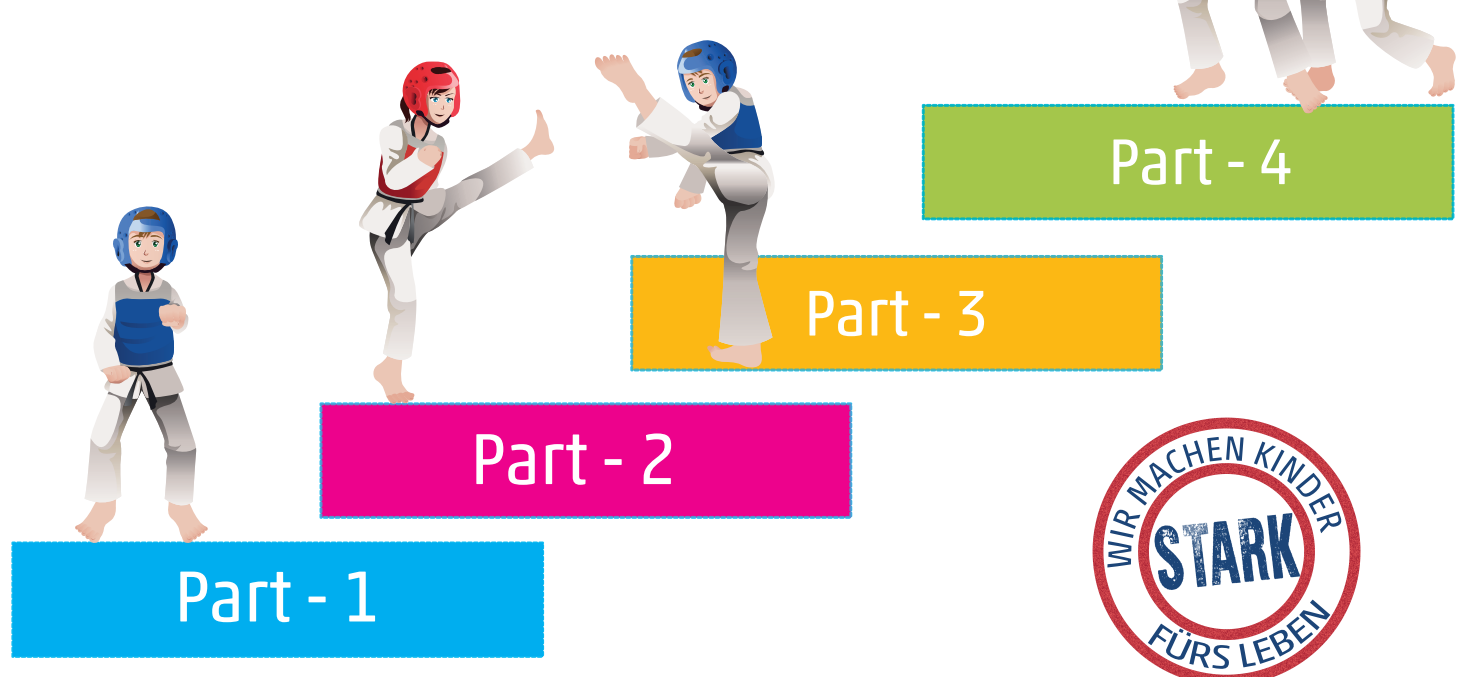
10. Kup Schüler – weiß Schüler – Farbe der Reinheit des unbeschriebenen Blatts

9. Kup Schüler – weiß-gelb Schüler – Anfängerstufe, Farbe der Reinheit des unbeschriebenen Blatts

8. Kup Schüler – gelb Schüler – Farbe der Erde – erste Wurzel

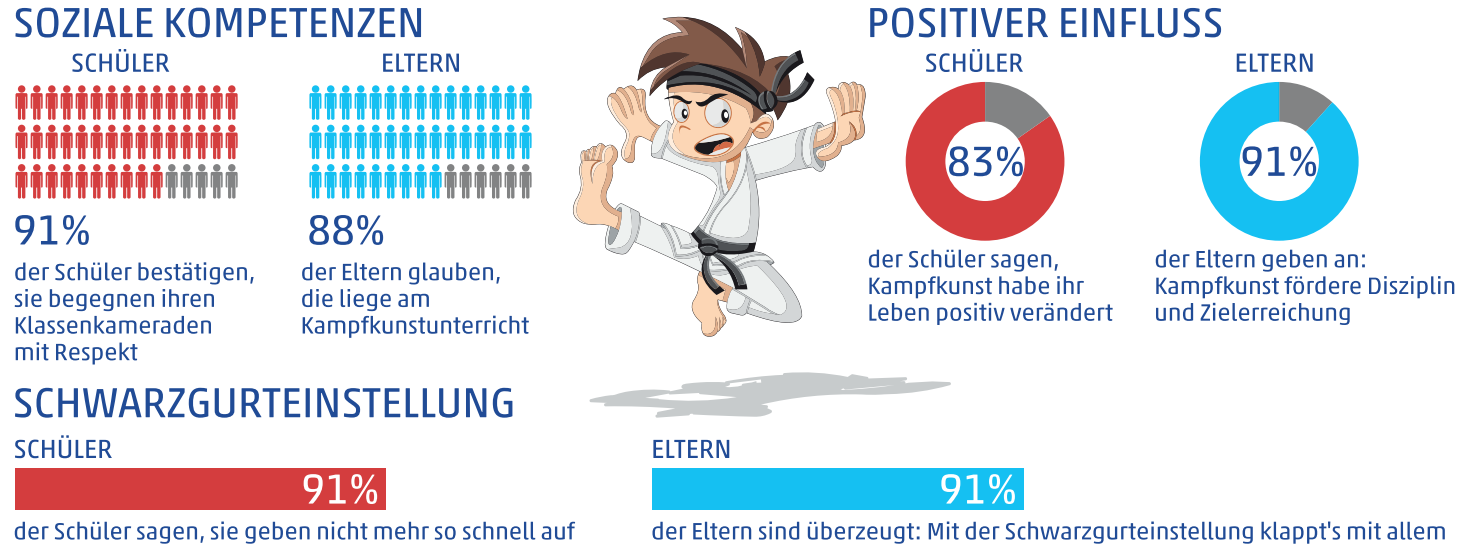
7. Kup Schüler – gelb – grün Schüler – Farbe der Erde – erste Wurzel

6. Kup Schüler – grün Schüler – Die Wurzeln haben ausgeschlagen, die Pflanze zeigt sich



ALLE FAKTEN:

Unsere Kampfkunstschule steht für Wertevermittlung. Wir unterrichten Lebenskompetenzen. Mit Erfolg. Kürzlich hat der Berufsverband Kampfkunst, in dem wir Mitglied sind, eine Mitgliederbefragung durchgeführt. Die Ergebnisse sind unschlagbar. Eltern berichten, ihre Kampfkunst-Kids schreiben bessere Noten und auch ihre "Social Skills" konnten sie verbessern



AUSBILDUNGSPROGRAMM

Anfänger 7 bis 12 Jahre

10. bis 6. Kup

WIR VERMITTELN

WERTE FÜR IHR KIND

Name: _____



WERTE FÜR IHR KIND
PRÜFUNGS-PROGRAMM

Anfänger 7 bis 12 Jahre



10. bis 6. Kup

Liebe Eltern, liebe Kinder,

Mit dem Prüfungsprogramm der Sportschule Fichtner haben Sie ein professionelles Taekwondo Ausbildungsprogramm für Kinder erworben.

Es soll den Kindern helfen, besser in Schule und Umfeld zurecht zukommen. Um dies zu erreichen, müssen Fertigkeiten und Kompetenzen Schritt für Schritt aufgebaut werden.

ZIEL SOLLTE SEIN, DEN SCHWARZEN GÜRTEL ZU ERREICHEN. DIESER STEHT FÜR SPITZENLEISTUNG.

Unserer Schüler lernen:

DURCHHALTEN ohne AUFGEBEN | DISZIPLIN, ANSTAND, RESPEKT, HÖFLICHKEIT |

TAEKWONDO, SELBSTVERTEIDIGUNG, KÄMPFEN | KONZENTRATIONSSTEIGERUNG

SELBSTBEWUSSTSEIN und SELBSTBEHAUPTUNG | UMGANG mit MOBBING |

FITNESS und GESUNDHEIT | ERFOLG ist eine Sache der Einstellung | und vieles mehr!

Es ist unser Ziel, Kinder stark zu machen,
stark fürs Leben,
mit Spaß und Freude am Lernen.

Josef Fichtner
Sabom-Nim
Sportschule Fichtner



www.taekwondo-schule-fichtner.de

NOTIZEN • ERGÄNZUNGEN

WERTE FÜR IHR KIND
TAEKWONDO-THEORIE

DIESE ODER ÄHNLICHE FRAGEN WERDEN BEI DER PRÜFUNG ABGEFRAGT ?

Nenne die letzten 3 Themen des Monats?

Was ist ein Ap-Gubi?

Deutsche Bezeichnung für gesprungenen Ap Chagi?

Deutsche Bezeichnung für Naereo-Chagi?

Was ist ein Paldung-Chagi?

Deutsche Bezeichnung für Ap-Chagi?

Bezeichnung für Fauststoß koreanisch?

Koreanische Bezeichnung für Trainingsraum?

Koreanische Bezeichnung für Taekwondo-Anzug?

FÜR ZUHAUSE
ZUM ÜBEN!

NOTIZEN • ERGÄNZUNGEN

INFO: DIE KARTEN IM INNENTEIL SIND NUR FÜR DEINE EIGENEN NOTIZEN. DIE KARTEN ZUM ABSTEMPELN BEKOMMST DU SEPARAT!



WERTE FÜR IHR KIND
HEIMTRAINING

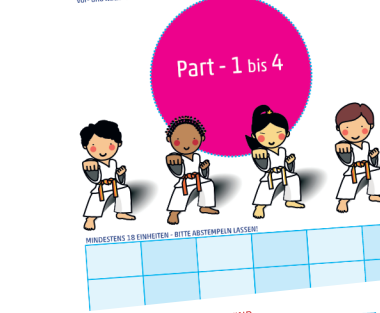
WICHTIG: SEPARATE KARTE BITTE ABSTEMPELN LASSEN !

- ☐☐☐ 100x einzelne Fauststöße
- ☐☐☐ 100x Ap-Chagi
- ☐☐☐ 100x Naereo-Chagi
- ☐☐☐ 10x Kreuzform 1-3 geübt
- ☐☐☐ 20x Fallschule rückwärts
- ☐☐☐ 20x Fallschule vorwärts
- ☐☐☐ Fassen am Revers – Sperrhebel
- ☐☐☐ Handgelenk fassen – Hand wegschlagen
- ☐☐☐ Handgelenk fassen – Handballenstoß zum Körper
- ☐☐☐
- ☐☐☐
- ☐☐☐



WERTE FÜR IHR KIND
UND SONST...

DIESE KARTEN MÜSST IHR AUSGEFÜLLT ZUR PRÜFUNG MITBRINGEN !



WIR WÜNSCHEN EUCH VIEL ERFOLG UND JEDE MENGE SPASS !