

Shinwonhwa Nyt

Netop nu fra Shin Boo Young Taekwon-Do Academy



TILMELD



Shin's family Summer Camp 2024

Weekenden den 14-15-16. juni 2024 i Herfølge Hallen

Endelig, efter 5 års pause er vi igen klar til at afholde vores traditionsrige Shin's family summer camp (SFSC) - Taekwon-Do Sommerlejr for skolerne og klubberne der træner Taekwon-Do under vor koreanske stormester Dr. Shin, Boo Young 9. Dan.

Sommerlejren bliver afholdt i Herfølge Hallerne og Dr. Shin & Frue er æresgæster.

Vi håber du vil være med til at gøre lejren en succes og til en udbytterig weekend.

Du kan læse mere og tilmelde dig på www.taekwondoakademiet.dk under EVENT

SÆT KRYDS I KALENDEREN

Efter endnu en vellykket Tiger Camp^{lite} med 12 super seje unge tigere, har vi allerede nu fast dateoen for den næste Tiger Camp i Herfølge.

Sæt kryds i kalenderen 28-29. september 2024

Foto: De seje Unge Tigere på Tiger Camp den 27-28. januar



MENTAL & FYSISK TEST

Søndag 26. maj

Klokken 08.30-10.00



KUPGRADUERING*

Søndag 2. juni

Klokken 08.30-12.00

*For de elever der består den Mentale & Fysisketest



TEMPEL RETREAT

4 pladser tilbage ...



Træk stikket, stress af og blive ladet op på dette Retreat for voksne.
Herfølge 11-12. maj 2024

Læs mere på:

www.taekwondoakademiet.dk

SORT CIRKEL

Sved på panden med sjov cirkeltræning for alle +11 år.

Forældre og søskne er velkommen til at træne med.

14. april - kl. 10.00-12.00

Glostrup Taekwon-Do Skole
Stadionvej 80 - Glostrup

Tilmeld på facebook

Friske voksne søges ...

Hvis du tænker på det, så er netop nu er et godt tidspunkt at prøvetræne på holdet for de voksne.

Der har været en god tilgang af nye elever på holdet og der bliver taget hensyn til de nye. Det er ofte bedst at starte i flok, så kom ud af busken og prøv om Taekwon-Do er noget for dig. Træningerne ligger:

- GTS - mandag og onsdag kl. 18.00-19.30
- HTS - tirsdag og torsdag - kl. 18.30-19.30

Book din første prøvetræning:

- Glostrup - www.shinwonhwa.com
- Herfølge - www.træn.nu

Bevæg dig for livet ...

I samarbejde med kommunerne og DGI har vi fokus på bevægelse, sammenhold og livskvalitet.

'Bevæg dig for Livet' er et storstilet projekt der har visioner om at få flere danskere til at bevæge sig, tage del i fællesskabet og skabe et liv man nyder og værdsætter. Det er i tråd med essensen af kampkunst. Hvem kender du der har brug for mere bevægelse?

MINI PORTRÆT

Heba Hamid 1. Kup

Heba startede da hun var 5 år på Spirerholdet og allerede fra starten udviste Heba et talent. Hun var nysgerrig og god til at høre og 'abe' efter. Som 6 årig rykkede hun op på De små Tigere og viste her at hun kunne lide at sparke og kæmpe. Heba er i dag 15 år og træner på De unge Tigere, hvilket hun har gjort det siden hun fyldte 10 år. Den 4. februar 2024 blev Heba gradueret til 1. Kup og fortsætte hun med flid, er hun nu i støbeskeen til at blive gradueret til Sortbælte i foråret 2025. Heba er et godt eksempel på vedholdenhed..



Tillykke med de nye kupgrader

Solid graduering med hele 23 elever - godt gået

- Advika Sama 9. Kup - (GTS)
- Axel Petersen 9. Kup - (GTS)
- Johan Vesterdal 9. Kup - (GTS)
- Lucas Janniche 9. Kup - (GTS)
- Marcus Andersen-Bruhn 9. Kup - (HTS)
- Mathias Søeborg 9. Kup - (HTS)
- Norman Søholt Juul-Andersen 9. Kup - (HTS)
- Oliver Nyggard 9. Kup - (GTS)
- Thia Olesen 9. Kup - (HTS)
- Zacharias Kongsted 9. Kup - (GTS)
- Freja Laage Jensen 8. Kup - (GTS)
- Liv Abbariki 8. Kup - (HTS)
- Max Hansen 8. Kup - (GTS)
- Frida Wendt Steelav 7. Kup - (HTS)
- Ida Bugge Jakobsen 7. Kup - (GTS)
- Kasper Hetman 7. Kup - (HTS)
- Lykke Brinch 7. Kup - (HTS)
- Martin Wendt Steeval 7. Kup - (HTS)
- Mette Bugge Jakobsen 7. Kup - (GTS)
- Steen Skov 7. Kup - (HTS)
- Freya Hjortby 3. Kup - (HTS)
- Elija Sereikaite Høilind 3. Kup - (HTS)
- Heba Hamid 1. Kup - (HTS)

2024 datoer til din kalender

- Mental & Fysisk Test (kup) - den 26. maj på HTS
- Kupgraduering - 2. juni - kl. 08.30-12.00 på HTS
- SUMMER CAMP i Herfølge den 14-15-16. Juni 2024
- Tiger Camp II - 21-22. September 2024 på HTS
- Herfølge Dagen - 28. september - kl. 10.00-14.00
- Mental & Fysisk Test (kup) - den 27. oktober
- Kupgraduering - 3. november - kl. 08.30-12.00
- Julefrokost & anerkendelser - 1. december - på HTS
- DSBN Shin, Boo Young fylder 80 år den 15. december

Hold dig opdateret på: www.taekwondoakademiet.dk