NYHEDSBREV AUGUST 2023

Shinwonhwa Nyt

Netop nu fra Shin Boo Young Taekwon-Do Academy

Velkommen tilbage …

Håber du og familen har haft en vidunderlig og mindeværdig sommer og er klar til en ny og spændende Taekwon-Do sæson.

Som du kan se i dette nyhedsbrev, har vi brugt sommeren på at planlægge og datosætte en række helt nye indsigtsrige og lærerige begivenheder og træninger.

Udover de ugentlige træninger, den klassiske kampkunst og de flere fællestræninger, vil fokus i denne sæson også være: 'Bevæg dig for livet' og 'Fællesskabet'. Dette i et samarbejde med DGI og Glostrup og Køge Kommune.

Vi glæder os til at træne med dig, og sammen blive den bedste udgave af os selv.

VÆR MED OG SÆT KRYDS I KALENDEREN …

SOMMER GRILLFEST

Vi sparker sæsonen i gang med en sommer grillfest på Herfølge Taekwon-Do Skole
Søndag 3. september
Klokken 10.00-15.00

MENTAL & FYSISK TEST

Søndag 24. september
Klokken 08.30-10.00

KUPGRADUERING

Søndag 1. oktober
Klokken 08.30-12.00

For de elever der består den Mentale & Fysisketest

1

TIGER CAMP

Weekend Camp med overnatning.
For de unge 11-16 årige.

23-24. september 2023

2

SELVFORSVAR

Omsæt din TKD træning til realistisk selvforsvar.
For voksne elever +16 år.

Opstart 16. september

3

SPARRING

Få større indsigt i kampen med teori og sparring.
For voksne elever +16 år.

Opstart 2. september

4

SWH RETREAT

Mini retreat med overnatning for voksne.
En weekend fuld af indsigt.

18-19. november 2023

Et samarbejde med Kommunen og DGI

Køge Kommune er i gang med at søsætte et stort projekt med fokus på fællesskab

Der er i samfundet en stigende følelse af at være alene og ensom. Dette især tiltaget efter Corona.

Det er her medlemsskaber i de frivillige foreninger, klubber og skoler, som vores, kan gøre stor forskel.

HTS er af kommunen, som den eneste kampsport klub/skole i Køge, blevet udvalgt til at være et af de fritidstilbud, der indgår i projektet. Projektet skydes i gang i efteråret, men vi er allerede klar.

Bevæg dig for livet …

Kampagne bakket op af DIF og DGI, med det formål, at få flere til at bevæge os noget mere.

Ikke kun bevægelse her og nu, men at bevæge sig gennem hele livet. Der er ingen tvivl om at bevægelse og hård fysisk træning styrker ens livskvalitet og giver større modstandskraft og overskud i hverdagen.

Med dette for øje, tager vi fat på en ny og givende sæson og vi inviterer dig til at være med fra starten.

Sommer grillfest & træning …

Vi skyder fællesskabet og sæsonen i gang med en sommerfest for elever og familier fra GTS & HTS.

Sjov fællestræning, grillhygge, leg, kaffe/te og kage.

Søndag 3. september - kl. 10.00 - 15.00 på HTS

Læse mere på www.taekwondoakademiet.dk

TILLLYKKE MED DE NYE DANGRADER TIL:

Rina Ebbesen 3. Dan (GTS)
Peter Aalborg 5. Dan (GTS)
René Laugesen 7. Dan (HTS)

Lad os anerkende flittige elever med deres nye grader og ønske tillykke til …

- Yigit Øksum 9. Kup - (HTS)
- Yasmina Hussein 9. Kup - (HTS)
- Sameeya Hussein 9. Kup - (HTS)
- Mira Jørgensen 9. Kup - (HTS)
- Mille Sørensen 9. Kup - (HTS)
- Maluca Roskvist 9. Kup - (HTS)
- Liv Abbariki 9. Kup - (HTS)
- Liam Sørensen 9. Kup - (HTS)
- Mina Köse 8. Kup - (GTS)
- Martin Steeval 8. Kup - (HTS)
- Lykke Brinch 8. Kup - (HTS)
- Louisa Lass 8. Kup - (HTS)
- Kasper Hetmar 8. Kup - (HTS)
- Frida Riis 8. Kup - (HTS)
- Frida Steeval 8. Kup - (HTS)
- Dominic Parbst 8. Kup - (HTS)
- Damian Parbst 8. Kup - (HTS)
- Aiza Ilyas 8. Kup - (GTS)
- Josefine Brinch 7. Kup - (HTS)
- Enora Hakizimana 6. Kup - (GTS)
- Freya Hjortby 4. Kup - (HTS)
- Elija Høilund 4. Kup - (HTS)
- Heba Hamid 2. Kup - (HTS)

Vi er stolte af dig og anerkender din udvikling og dit flid. Forsat god træning - vi ses i Dojangen!

- Sommer Grillfest - 3. september - kl. 10.00-15.00
- Opstart SPARRING - 2. september - kl. 09.45-11.30
- Opstart SELVFORSVAR - 16. september - kl. 09.45-11.00
- TIGER CAMP - 23-24. September - Invitation følger
- Mental & Fysisk Test (Kup) - 24. september - kl. 08.30
- Kupgraduering - 1. oktober - kl. 08.30-12.00
- Dangraduering i Hamburg - 14. oktober 2023
- SWH RETREAT - 18-19. november - Invitation følger