

Chronik Abteilung Taekwondo 2025

□

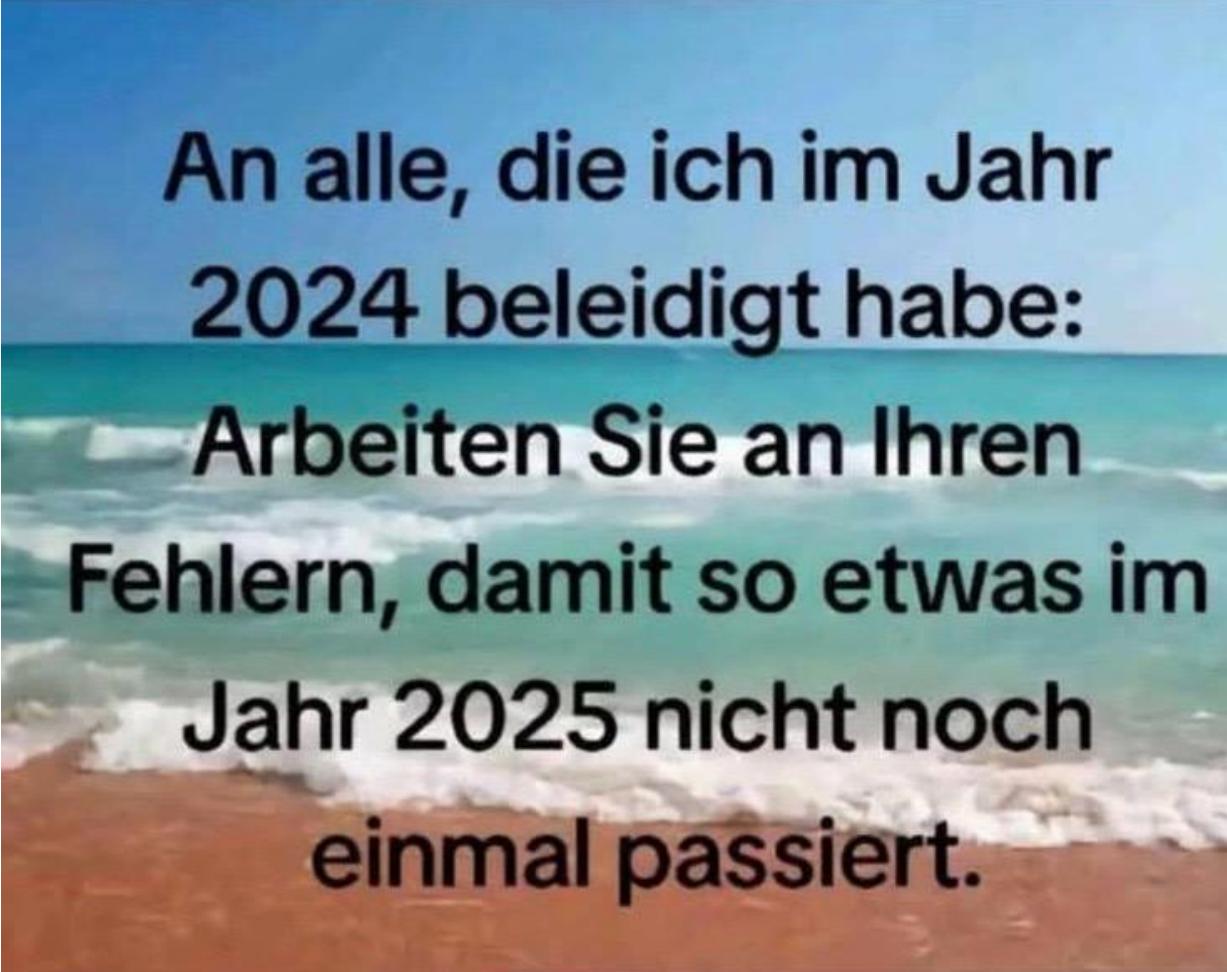
Abteilungsleitung:

- Abteilungsleiter : Dr. Georg Dirrigl
- Stellv. Abt.Leiter : Gerald Michl
- Kassenwart : Gerald Michl
- Jugendwart : Andreas Lautenschlager
- Zeugwart : Scharf Günther
- Kassenprüfer : Andreas Lautenschlager, Scharf Günther

• Trainer:

- Decker Claudius, 4. Dan (Trainer-C-Breitensport, B-Lizenz
Prävention: Haltung und Bewegung, Herz-Kreislauf)
- Dr. Dirrigl Georg, 2. Dan (Trainer-C-Taekwondo)
- Hartl Roman, 3. Dan (Trainer-C-Tennis)
- Hartl Tatjana, 2. Dan (Trainer-C-Breitensport)
- Lautenschlager Andreas, 4. Dan (Trainer-C-Breitensport, B-Lizenz
Prävention: Herz-Kreislauf, Haltung und Bewegung)
- Michl Gerald, 5. Dan (Trainer-C-Taekwondo, B-Lizenz
Prävention: Herz-Kreislauf, Haltung und Bewegung)
- Michl Sibylle, 1. Dan (Trainer-C-Breitensport)
- Nagel Eugen, 4. Dan (Trainer-C-Breitensport, B-Lizenz
Prävention: Herz-Kreislauf, Haltung und Bewegung)
- Preuße Angelina, 2. Dan
- Probst Sophia, 2. Dan (Trainer-C-Breitensport, B-Lizenz
Prävention: Haltung und Bewegung, Herz-Kreislauf)
- Scharf Günther, 5. Dan (Trainer-C-Taekwondo, B-Lizenz
Prävention: Herz-Kreislauf, Haltung und Bewegung)
- Schmidbauer Stefanie, 1. Dan (Trainer-C-Breitensport, B-Lizenz
Prävention: Haltung und Bewegung)
- Wagner Christina, 3. Dan (Trainer-C-Breitensport, Trainer C
Fußball, B-Lizenz
Prävention: Herz-Kreislauf, Haltung und Bewegung)

Das Motto für das kommende Jahr!!!



**An alle, die ich im Jahr
2024 beleidigt habe:
Arbeiten Sie an Ihren
Fehlern, damit so etwas im
Jahr 2025 nicht noch
einmal passiert.**

Und weiter geht es!!!
Trainingsstart am 7.Januar 2025



Hab ich nicht
wunderschöne
Prinzessinenschuhe?!?

Die sind aber
nicht WTF-konform



Schon – aber die blöden
Pratzen passen einfach
nicht an die Füße





Alle mal
versuchen!



Ok – hat nicht funktioniert!!!





Also ich weiß nicht,
worauf er eigentlich
hinaus will



Ihr müsst euch nur etwas mehr Mühe geben!

Ich hab's
Geschafft!!!!



11:44 75%

← Taekwondo Bruck Andy, Groß, Hartl Roman, Holger, J...

Gestern

YI

Yulian Ivanov



20:02



20:03 ✓//

Schuierer Alfred



20:06

Preuße Angelina

Herzlichen Glückwunsch.

Wer soviel schwitz,
verdient auch den Blauen
Gürtel

Nachricht



Kolpingball 18. Januar 2025



Christina, Sophia, Simon, Steffi, Andrea, Claudius und Eugen



Unser Team bei Let's dance

Schnuppertraining Grundschule Bodenwöhr

31.Januar 2025

Das Trainerteam:

- Lautenschlager Andreas, 4.Dan
- Michl Gerald, 5.Dan
- Michl Sibylle, 1.Dan
- Schuierer Alfred, 1.Dan

Das war der Plan

Ablauf Taekwondo 31.01.25	
Zeit	Freitag
7.45-8.29	2 c/d Frau Barthel
8.29-9.13	2 a/b Frau Zierer
9.35-10.18	3/4 a Frau Schmidbauer
10.18-11.00	3/4 b Frau Juraske
11.18-12.00	3/4 c Frau Lauerer
12.00-12.45	Kein Unterricht

Zum ersten mal in Bodenwöhr.
Und im nächsten Jahr dürfen wir wieder!!!



Mal sehen, was uns erwartet



Also da müssen sie vorbei – rüber und durch



Hütchenspielen –
diesmal noch ohne
Geld



Also, die waren eigentlich ganz nett und nicht schlecht



Osterlehrgang

18. bis 19. April 2025

Taufkirchen

International U-Chong Taekwondo Easter Seminar
18th until 19th April 2025 at Taufkirchen (near Munich)

Our Sponsor:
Büttner Sport
Büttner Sport
Friedenstraße 39
81739 München
Telefon: +49 9822 5080

Coordinator: Michael Hesse (Eschenweg 1, 85521 Ottobrunn, Telefon: +49 151 24 14 11 40) and Chang, Jae-Hee (Infanteriestr. 8, 80797 München, Telefon: +49 172 907 88 01) **Organizer:** SV DJK Taufkirchen, Köglweg 99, 82024 Taufkirchen, contact person Ingo Lachner Telefon: +49 162 297 22 70

What else....
Do not forget to take the complete Taekwondo protective equipment and hand mitts with you! Free training design - very suitable for all graduations and all age groups. Overnight stay in training hall possible. Coordinator and organizer assume no liability for personal injury or damage to property! Further information via e-mail seminar@u-chong.de or Internet: <http://www.u-chong.de> or www.svdjktaufkirchen.de/taekwondo!!!

Registration deadline:
Friday, 11 April 2025

Over 25 years of U-Chong Taekwondo in Europe !!!.
Come, be amazed & join in!

Coordinator: Michael Hesse (Eschenweg 1, 85521 Ottobrunn, Telefon: +49 151 24 14 11 40) and Chang, Jae-Hee (Infanteriestr. 8, 80797 München, Telefon: +49 172 907 88 01) **Organizer:** SV DJK Taufkirchen, Köglweg 99, 82024 Taufkirchen, contact person Ingo Lachner Telefon: +49 162 297 22 70

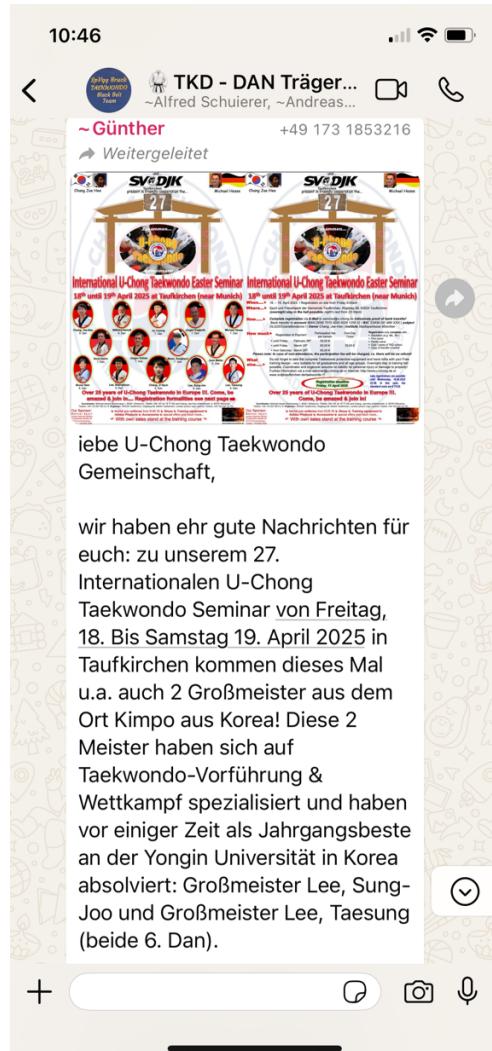
Our Sponsor:
Büttner Sport
Büttner Sport
Friedenstraße 39
81739 München
Telefon: +49 9822 5080

Marital arts uniforms from EUR 35 **Shoes** **Training equipment**
Adidas Products **Accessories** **special offers and much more...**

With own sales stand at the training course

Teilnehmer:

- Dukart Konstantin, 7.Kup
- Ivanov Aleks, 4.Kup
- Preuße Isabella, 4.Kup
- Preuße Angie, 2.Dan
- Probst Sophia, 2.Dan
- Lautenschlager Andreas, 4.Dan
- Nagel Eugen, 4.Dan
- Michl Gerald, 5.Dan
- Vom TSV Nittenau
 - Herbst Holger, 1.Dan
 - Herbst Katharina, 1.Dan



27. Internationaler U-Chong Taekwondo Osterlehrgang – Trainingsplan

Freitag, 18. April 2025 • Freitag, 18. April 2025 • Freitag, 18. April 2025

10. Kup	Halle 1 (Weiß bis Gelb)	7. Kup	6. Kup	Halle 2 (Grün bis Rot)	3. Kup	2. Kup	Halle 3 (Rot bis Schwarz)	1 – 3. Dan	4 – 9. Dan	Halle 4 (Schwarz +3. Dan)	
08:45 – 09:45	U-Chong Registrationsteam Anwesenheitsbestätigung Teilnehmer:innen										
10:00 – 12:00	Veranstalter, Ausrichter & Referenten Begrüßung, organisatorische Hinweise & gemeinsames Taekwondo Training, „Art-of-Kicking“ und Musikform 2										
13:15 – 13:40	Veranstalter, Ausrichter, Referenten & Teilnehmer:innen Informationen, Videoaufnahme, Taekuk Il-Jang mit Musik UND Lehrgangsfoto										
13:45 – 14:45	Taekwondo & Poomsae Askin & Hesse	Taekwondo & Poomsae Lee Seonghyun & Lee Taesung	Poomsae Jo & Lee Sung-Joo	Poomsae Chang							
15:00 – 16:00	Ilbo-Taeryon & Hosin-Sul Ham & Englerth	Ilbo-Taeryon & Hosin-Sul Kohler	Ilbo-Taeryon & Hosin-Sul Harloff & Mellar	Taekwondo Askin & Hesse							
16:15 – 17:00	Wettkampf (Weste) Lee Seonghyun	Wettkampf (Weste) Jo & Lee Sung-Joo	Wettkampf (Weste) Moon & Lee Taesung								
17:20 – 18:30	Referenten & Teilnehmer Abschlusstraining, Musikform & inkl. Vorführung & „Zeremonie“ Geschenkübergabe										

Samstag, 19. April 2025 • Samstag, 19. April 2025 • Samstag, 19. April 2025

10. Kup	Halle 1 (Weiß bis Gelb)	7. Kup	6. Kup	Halle 2 (Grün bis Rot)	3. Kup	2. Kup	Halle 3 (Rot bis Schwarz)	1 – 3. Dan		
08:30 – 10:00	Frühstück									
10:15 – 11:15	Taekwondo Moon	Taekwondo Jo & Lee Sung-Joo	Taekwondo Lee Seonghyun & Lee Taesung							
11:30 – 12:30	Basistechnik & Poomsae Ham & Kohler	Basistechnik & Poomsae Askin & Hesse	Poomsae Jo, Lee Sung-Joo & Chang							
13:30 – 14:30	Hosin-Sul Lee Seonghyun	Hosin-Sul Harloff, Mellar, Englerth, Ham & Kohler								
14:45 – 15:45	Pratze & Wettkampf (Weste) Askin, Hesse & Chang	Wettkampf (Weste) Moon, Lee Taesung								
15:50 – 16:30	Referenten, Ausrichter & Referenten Gemeinsames Training, Musikform & Verabschiedung									

...auf Wiedersehen & bis zum Pfingstlehrgang in Ansbach 7. bis 8. Juni

27. Internationaler U-Chong Taekwondo Osterlehrgang – Trainingsplan

Freitag, 18. April 2025 • Samstag, 19. April 2025

10. Kup	Halle 1 (Weiß bis Gelb)	7. Kup	6. Kup	Halle 2 (Grün bis Rot)	3. Kup	2. Kup	Halle 3 (Rot bis Schwarz)	1 – 3. Dan		
08:30 – 10:00	Frühstück									
10:15 – 11:15	Taekwondo Moon	Taekwondo Jo & Lee Sung-Joo	Taekwondo Lee Seonghyun & Lee Taesung							
11:30 – 12:30	Basistechnik & Poomsae Ham & Kohler	Basistechnik & Poomsae Askin & Hesse	Poomsae Jo, Lee Sung-Joo & Chang							
13:30 – 14:30	Hosin-Sul Lee Seonghyun	Hosin-Sul Harloff, Mellar, Englerth, Ham & Kohler								
14:45 – 15:45	Pratze & Wettkampf (Weste) Askin, Hesse & Chang	Wettkampf (Weste) Moon, Lee Taesung								
15:50 – 16:30	Referenten, Ausrichter & Referenten Gemeinsames Training, Musikform & Verabschiedung									

...auf Wiedersehen & bis zum Pfingstlehrgang in Ansbach 7. bis 8. Juni



□
Einmarsch der
Gladiatoren



Es geht nicht über ein vertrautes Terrain



Noch voller Tatendrang:
Isabella, Aleks und
Constantin



Die Früchte der antiautoritären
Erziehung



Kathi und Holger
(TSV Nittenau,
1.Dan)



Noch sind wir gut drauf – und unverletzt



Ein paar Kalorien vor dem Training können ja nicht schaden

Kräftig zuschnüren!



Länderkampf
Korea – Bulgarien
Mit leichten Gewichtsvorteilen für
Bulgarien



Also eigentlich hat sich Aleks ganz gut gehalten

Die Gelegenheit darf
man sich nicht
entgehen lassen:

Isabelle
Großmeister Chang
Angie



Entscheiden vor jeder Vorführung ist das Sichern der besten und bequemsten Plätze



Also, sieht eigentlich gar nicht so schwer aus.

Abgesehen von der Höhe, dem Rückwärtssalto, und dass man das Ding auch noch treffen muss - vor der sicheren Landung



Wir haben und
alle ganz lieb



Gruppenfoto mit den Trainern



Andi bekommt endlich seine Urkunde zum 4. Dan – wir gratulieren



Und ein 4. Dan scheut auch nicht den direkten Kampf mit Großmeister Moon (7.Dan)



SIEG für ANDI!!!!!!



War aber teuer erkauft – dennoch: Respekt Andi

Im kommenden Jahr kommt dann der Rückkampf!

100 Jahre SpVgg Bruck

28. – 29. Juni 2025



Damit es auch wirklich
jeder rechtzeitig
mitbekommt



Zeltwache einen Tag vor
dem Fest
Luisa, Günther, Eugen,
Christina, Aleks, „Papa
Ivanov“



Noch ein letztes
Bierchen und dann ab
in den Schlafsack



Wache halten!!!!
Nicht schlafen ihr
Luschen!



Träum was
Schönes, Christina



Festeinzug am 28. Juni



Isabella durfte der SpVgg Bruck vorangehen



Die T-Shirts machen schon was her!



Reiger Josef – Vorstand
von Patenverein
SV Alten-
Neuenschwand
(ein Glücksgriff für die
SpVgg)



Die Stimmung am Abend war einmalig



Wir sind bereit für den Festzug –
ganz nette Truppe

Keine Ahnung was Claudius da
wohl entdeckt hat?
In der Mitte – umrahmt von
leicht mafiösen Dan-Trägern –
Unsere TKD-Festdame Sophia



An der Spitze die Nachwuchskämpfer



Unverkennbar!





Nichts geht über eine kleine Runde durch den Markt



Und am Ende dürfen wir alle Teilnehmer der anderen Vereine begrüßen – schön war's!



Für eine kleine Akrobatik-
Einlage reichen die Kräfte
immer noch!



Geschafft- alle wieder gut angekommen





Eine sehr einseitige
Getränkeauswahl



Sport und Spielfest

Grund- und Mittelschule Bruck

18.07.2025

Ablaufplan Sport- und Spielefest am 18.07.2025

Beginn 08:15 Uhr; Ende 12:15 Uhr – Bitte erst nach Durchsage in den Pausenhof kommen!

Zeit	Sprint	Wurf 1	Wurf 2	Sprung	Basketball	Fußball	Taekwondo	Leibend- kicker (nicht für 1/2)	Spielstation I: GESCHICKLICHKEIT			Spielstation II: SCHNELLIGKEIT		
									Zielwurf	Eierlauf	Heißer Draht	Sack- hüpfen	Pedalo- Rennen	3-Bein- Rennen
08:15- 08:45 Uhr	1/2a 1/2b	1/2c	3/4c	3/4b	6	5	3/4a	7/8					1/2d	
08:45- 09:15 Uhr	1/2c	1/2a	8	10/9	1/2b	6	1/2d	4a/b/c/5	Rest 3a/c			Rest 3b		
09:15- 09:45 Uhr	3/4a 3/4c	1/2d	7	5	1/2a	3/4b	1/2b 1/2c	8/10					6	
09:45- 10:15 Uhr	3/4b	1/2b	9	3/4a	8	7	3/4c	5/6	1/2c			1/2a		
10:15- 10:45 Uhr	7 9	10	5	3/4c	1/2d	1/2a 1/2c	6	3/4a 3/4b					1/2b	
10:45- 11:15 Uhr	5 6			3/4a	8	1/2c	1/2b 1/2d	7	3/4b 3/4c			1/2 a		
11:15- 11:45 Uhr	1/2d	3/4b	6	7	5	8	1/2a	3/4a 3/4c				1/2b		1/2c
11:45- 12:00 Uhr	8/10			6	3/4b 3/4c	3/4a	5	7/9	1/2d					
	Gemeinsamer Abschluss auf dem Pausenhof – Spiel Lehrer vs. SMV													

Legende:

- Pflichtstationen für die Bundesjugendspiele
- Stationen der Brucker Vereine
- Zusatzstationen (kann auch als Pause genutzt werden, Entscheidung durch Klassenleitung nach Bedarf; auch andere freie Stationen können genutzt werden)

Pause: Aufsicht der Klassen durch die Klassenleitungen



Ein vertrautes Team: Andi, Sophia, Angie, Alfred und Gerald



Wie immer voll motiviert!



Angie ist bereit!



Ebenso Fred und Sophia



Sophia – nach
Supermann-Faust wieder
sicher gelandet



U-Chong Danprüfung

20.07.2025

Bechhofen

Teilnehmer(in): Hartl Tatjana, Prüfung zum 2. Dan

U-CHONG TAEKWONDO HEADQUARTERS

U-CHONG DAN-PRÜFUNG

Datum: **20(So).07.2025**
Ort: **Schul- und Sportzentrum am Hallenbad
Pestalozzi Str. 24, 91572 Bechhofen**
Registration:
Prüfungsbeginn: **12:30 Uhr**

Wer an der Prüfung teilnehmen möchte, muss den unteren Anmeldeabschnitt vollständig ausgefüllt und unterschrieben bei Meister Chang bis **zum 04.07.2025** abgeben. Die Prüfungsgebühren richten sich nach dem angestrebten DAN-Grad:

1. Dan:	EUR 250	2. Dan:	EUR 280
3. Dan:	EUR 310	4. Dan:	EUR 370

Für Rückfragen stehen wir Euch jederzeit gerne zur Verfügung.

Name: Hartl Vorname: Tatjana
Geburtsdatum: 29.08.1999 Toon ID*: 29081999a
Aktueller Dan: 1. Datum auf der Urkunde: 14.06.22

Unterschrift: 

*Die DanPoom-Prüflinge müssen sich bei Tcon (unter <https://tcon.net/en/main.do>) registrieren. Bitte dann Tcon ID (siehe oben) angeben.
Anleitung siehe: https://www.youtube.com/watch?v=DNiKoYBo_8g&t=11s

- Falls bei der Registrierung im T-Con Portal kein Foto (max. 300kb) hochgeladen wird, wird die kleine ID Card, die zusätzlich zur Urkunde ausgestellt wird, ohne Foto erstellt.
- Für alle Anmeldungen von Personen, die keine deutsche Staatsbürgerschaft besitzen, muss folgendes bei der Anmeldung zur Danprüfung entweder als PDF oder in Druck-Version vorgelegt werden:
• Kinder: Schulbescheinigung oder das aktuelle Zeugnis
• Erwachsene: Aufenthaltsstitel oder Mietvertrag

U-CHONG TAEKWONDO HEADQUARTERS



Damit auch jeder seinen Platz findet!



Das Team: Eugen (4.Dan) – Tatjana (noch 1.Dan) und Sophia (2.Dan)



Gruppenfoto nach bestandener Prüfung – wir gratulieren!



Großmeister Jo (7.Dan), Sophia, Tatjana (jetzt 2.Dan), Eugen und Großmeister Chang (9.Dan)



Ein kleines Häppchen haben wir uns jetzt echt verdient!

Festumzug

125 Jahre FFW Kaspeltshub

20. Juli 2025



Gehören zwar nicht zu uns – aber nettes Foto



Links neben Günther der zukünftige zweite Vorstand der SpVgg Bruck (Norbert Lindner).
Hat er zu diesem Zeitpunkt auch noch gewußt



Aleks wie immer mit vollem Einsatz



Eine lange, sehr schöne und vor allem sehr, sehr heiße Dorfrunde





Ein schöner Empfang durch die FFW Kaspeltshub – ein wirklich gelungenes Fest





Dorina mit Wasser und Fred mit
etwas Vernünftigen.
Habt Ihr Euch echt verdient!

Bei Angie ein Dèja-vu!
Bewerbungsfoto für
Weißbierkalender 2026





In der Mitte: Jochen Jorgas (Leiter der Nordic Walking Gruppe)



Gürtelprüfung

25. Juli 2025

Prüfer : Nagel Eugen, 4.Dan

Teilnehmer:

- Becker Luca, 10.Kup
- Daniele Valentina, 10.Kup
- Drexler Anna, 10.Kup
- Dukart Karina, 10.Kup
- Dukart Karolina, 10.Kup
- Holzfurtner Marina, 10.Kup
- Horn Henry Julius, 10.Kup
- Jashari Erion, 10.Kup
- Sandner Dorina, 10.Kup
- Berghammer Maxim, 8.Kup
- Daniele Matteo, 7.Kup
- Dirrigl Marie, 7.Kup
- Dukart Constantin, 7.Kup
- Dukart Gabriel, 7.Kup
- Fritsche Artur, 7.Kup



Mak schauen, wie sie sich heute wieder anstellen



Eugen hat das Kommando!



Abgesehen vom linken Daumen, kann man es gelten lassen



Valentina ist voll dabei!

Immer diese blöden Fragen



Die Jungs wirken voll entschlossen

Bei dem Dollyeo kann
man echt nicht meckern!



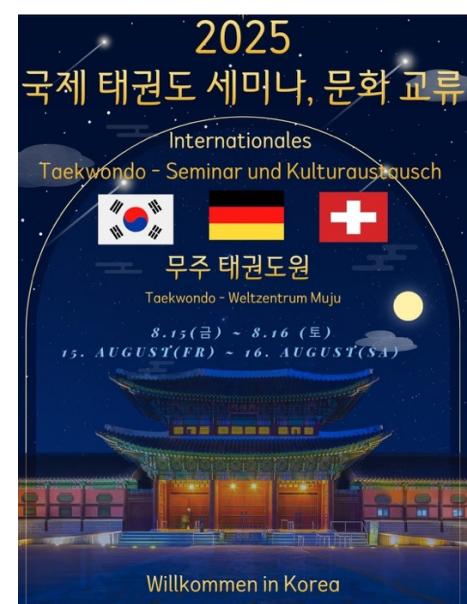
Alle die bestanden haben – und noch ein paar andere- nach der Prüfung

Günther und Luisa in Korea

August 2025



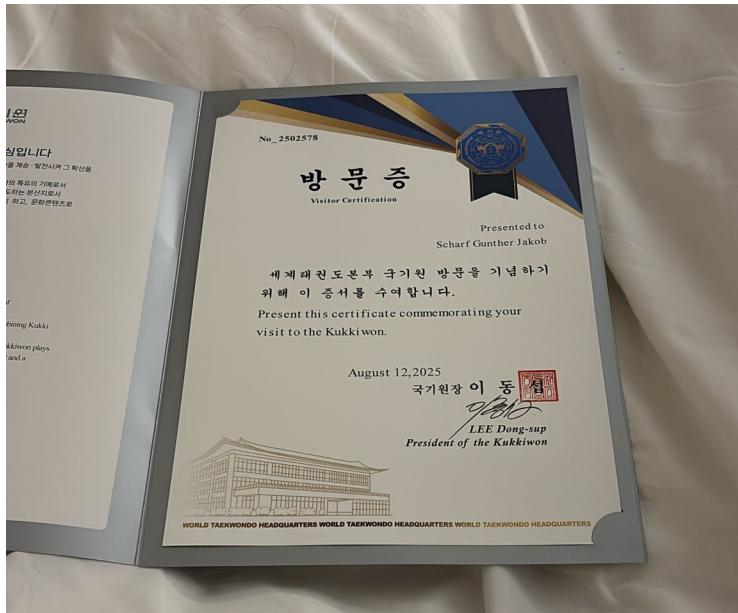
Los geht's ab München mit Lufthansa
nach Seoul.
Gruppenfoto





Sozusagen der Vatikan des Taekwondo





Der Beweis dafür, dass Günther
auch wirklich dort war



Auch die schönste Reise geht mal zu Ende!

Festumzug Schwarzhofen

17.August 2025



Viele sind nicht mehr übrig
Vielleicht war der Termin mitten in den Sommerferien nicht so optimal



Jahreshauptversammlung

SpVgg Bruck 10.10.25

Georg bereitet seine Rede vor – Rudi Sommer und Sophia geben ihm noch die letzten Tipps



Andi vor seine Wahl zum Beisitzer.

Roman neben dem
Abteilungsleiter Basketball,
Bernhard Schmidbauer



Fred sind die Rasierklingen
ausgegangen!

U Chong Herbstlehrgang

15.11.2025 - München



Unsere Teilnehmer:

- Becker Luca, 8. Kup
- Horn Henry, 8. Kup
- Becker Leonie, 8. Kup
- Preuße Isabella, 6. Kup
- Ivanov Aleks, 6. Kup
- Scharf Luisa, 1. Dan
- Preuße Angelina, 2. Dan
- Probst Sophia, 2. Dan
- Michl Gerald, 5. Dan
- Scharf Günther, 5. Dan



Motiviert und voll ausgestattet



Der Trainingsplan

28. Internationaler U-Chong Taekwondo Herbstlehrgang – Trainingsplan			
Samstag, 15. November 2025			
09:15 bis 09:45	U-Chong Organisationsteam Teilnehmerregistrierung		
10:00 bis 11:45	Veranstalter, Ausrichter & Referenten Begrüßung, organisatorische Hinweise & gemeinsames Training UND Art-of-Kicking		
12:00 bis 13:00	Hesse & Askin Technik & Poomse	Ham & Park Hosin-Sul & Ilbo-Taeryon	Chang, Cho & Jo Technik & Poomse
Wolfram Harder 1. Dan Chen-Nobu Imai 7. Dan Chang-Jae-Hee 8. Dan Chang-Jae-Hee 8. Dan Lee Seung Hyun 8. Dan	Chen-Nobu Imai 7. Dan Chang-Jae-Hee 8. Dan Chang-Jae-Hee 8. Dan Lee Seung Hyun 8. Dan	Jo-Jung 7. Dan Pyo Rak-Sun 8. Dan Pyo Rak-Sun 8. Dan Pyo Rak-Sun 8. Dan	Chang-Jae-Hee 7. Dan Seon Askin 1. Dan Bruce Ham 8. Dan
14:10	Alle alle!!! Taekuk II-Jang mit Musik & Lehrgangsfolo !!!		
14:30 bis 15:30	Harloff & Pyo Hosin-Sul & Ilbo-Taeryon	Chang, Cho & Jo Wettkampftechnik	Hesse & Askin Wettkampftechnik
15:40 bis 16:40	Park Wettkampftechnik	Pyo & Lee Technik & Poomse	Ham & Harloff Hosin-Sul & Ilbo-Taeryon
16:45 bis 17:15	Alle Referenten Gemeinsames Training mit Poomse & Musik, U-Chong TKD Demo UND Verabschiedung		
... auf Wiedersehen & bis zum nächsten Mal 😊			



Erstmal ein kleines
Gruppenfoto von uns



„schnell zum Foto mit den
Meistern, bevor sie sich
verziehen!“



Gruppenfoto mir einigen der Großmeister

Das Essen haben wir uns echt verdient



„Also bei der Musikform blick ich echt nicht durch!!!



Mal ein Blick von oben auf das Geschehen





Aleks und Henry beim Kicken für Anfänger



Gerald mit Großmeister W. Harloff, 8.Dan.
Eine sehr dauerhafte (40 Jahre) auf gegenseitigen Respekt beruhende Freundschaft.
Er hat das TKD bei uns entscheidend geprägt und vorangebracht.





Angie mit Großmeister Jo (7. Dan, Fürth) und Großmeister Chang (9.Dan, München)



Jetzt zeigen wir euch mal, wie das wirklich geht!!! Demo der Trainer





Gerald geht den Lehrgang nochmal mentalen durch!!!



Von wegen mental Durchgehen – nach dem Essen schläft der immer

Nikolaustraining

5. Dezember 2025



Der sieht aus, als ob er es ernst meint!



„Wenn Du den Sack schön hältst, bekommst du auch ne Nuß von mir!



Alle aufgepasst:

- Antreten
- Lied singen
- Gedicht aufsagen





Wer hat eine Nussallergie???



Jeder bekommt was



Von wegen – Die Danträger gehen mal wieder leer aus



Die mit der roten Jacke hat sich reingeschlichen



Und jetzt zeigt mal, was ihr könnt



Der Große mit dem roten Mantel könnte Andi sein!!!

Gürtelprüfung

19. Dezember 2025

Prüfer: Günther Scharf, 5.Dan

Teilnehmer:

- Bumbac Mia, 10. Kup
- Schmitz Paul, 10. Kup
- Jakob Emely, 10. Kup
- Drexler Anna, 8. Kup
- Dukart Carina, 8. Kup
- Dukart Carolina, 8. Kup
- Horn Henry, 8. Kup
- Berghammer Maxim, 7. Kup
- Dukart Constantin 6. Kup
- Dukart Gabriel, 6. Kup
- Daniele Matteo, 6. Kup
- Schwenteck David, 5. Kup
- Becker Leonie, 4. Kup
- Ivanov Aleks, 4.Kup
- Preuße Isabella, 4.Kup
- Schwenteck Brian, 4.Kup



Roland, Eugen, Sophia und Luisa. Wir schauen nur zu!!



Sieht noch etwas müde aus



Diese TKD-Grundübung – muss jeder beherrschen





Unsere Jüngsten – klein aber oho



Mia, Emmely, Henry und Paul

Maxim mit
Momtong-an-
makki



Gabriel überlegt noch
ein bisschen



Constantin; immer
mit vollem Einsatz





Günther wirkt entspannt – Herr Finken nachdenklich



Leonie hat anscheinend die leichteste Frage bekommen



Es ist geschafft – Gruppenbild nach bestandener Prüfung

Jahresabschluss Training

23. Dezember 2025

„der Christmas-Zirkel“



Noch sieht Josef entspannt aus- das Nachher-Bild zeigen wir lieber nicht



Alle schön zuhören – jetzt werden die Übungen erklärt



Am Anfang lächeln sie noch alle



Sophie - wie eine Gazelle

Roman wird doch nicht die Puste ausgehen





Maxim hat noch eine Frage



Arthur sehr dynamisch



Hery wie immer voll dabei – toll!!!!



Günther und Andi schön im Rhythmus



Wer hat diese blöden Hürden in den Weg gestellt



Konzentrierte Beinarbeit ist immer sehr wichtig



Zum Abschluss:
Winke, winke!!!!

Wir gratulieren!!!



**Helmut Finken zum 90. Geburtstag (25.5.25)
und
Günther Michl („Mike“) zum 70. Geburtstag (31.7.25)**

Taekwondo – mehr als nur ein Sport!

***Abteilung Taekwondo der SpVgg Bruck -
mehr als nur eine Abteilung!!!***

Und auch das kommende Jahr wird toll!!!

Dan- und Kup-Püfungen, Lehrgänge,

Feste

Traineraus- und Fortbildung

und

Viel Spaß im gemeinsamen Training!!!



Wer nicht zu uns kommt

-

ist selber schuld!!!

Werde Mitglied bei uns!