



## Traditionelles Taekwon-Do

Liebe Eltern,

Ihr Kind interessiert sich für Traditionelles Taekwon-Do?

Ein Vorhaben, das Sie voll unterstützen können und sollten.

Im Traditionellen Taekwon-Do steht nicht nur die effektive Selbstverteidigung im Vordergrund, vielmehr die ganzheitliche Ausbildung von Körper und Geist.

Ihr Kind lernt Körperbeherrschung und Disziplin. Ängste und Aggressionen werden abgebaut, Selbstvertrauen und Willen gestärkt. Durch gesteigerte Konzentrationsfähigkeit und Durchhaltevermögen werden auch schulische und berufliche Leistungen verbessert.

Hilfsbereitschaft, Respekt, Höflichkeit und Fairness sind ein fester Bestandteil im Traditionellen Taekwon-Do und werden auf alle Lebensbereiche übertragen.

Durch gezieltes Konditionstraining und spezielle Gymnastik erhält der Körper seine natürliche Gewandtheit und Flexibilität zurück. Haltungsschäden wird vorgebeugt und die Koordination verbessert, die organische Gesundheit erhöht und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert.

Übrigens Taekwon-Do ist für alle Alters- und Personengruppen geeignet. Unsere Schüler/ Meister sind von 5 bis 77 Jahre männlich wie weiblich.

Bis bald im Übungsraum „Dojang“

**Georg Hess**  
Großmeister (6.Dan) ITF des  
Traditionellen Taekwon-Do  
[www.taekwondo-hess.de](http://www.taekwondo-hess.de)

PS: Um Verletzungen vorzubeugen bzw. zu vermeiden wird im Traditionellen Taekwon-Do der Freikampf ohne Körperkontakt ausgeführt, denn Gesundheit ist unser höchstes Gut. Die Wirksamkeit und Effektivität ist dennoch immer gegeben.