



Silla
TAEKWONDO
DAG 2023

4. feb. 23

En dag fyldt med Taekwondo for bredden, masser af medaljer, pokaler og hygge på tværs af klubberne.

Læs mere og tilmeld på: www.silla.dk/event/silla-taekwondo-dag

Sil'la Taekwondo Dag 2023

D. 4. februar 2023

På dagen vil udøverne kunne vælge at gå 100 Taegeuk/Poomsae, lave 1.000 spark på puder eller begge dele. Man vælger ved tilmelding, hvilke discipliner man ønsker at deltage i.

OBS. Det er et krav, at man har dobok på.

Arrangementet er et tiltag for bredden, for at samle Taekwondo-danmark. Alle er velkomne, både Mon, Kup og Dan-bærer.

Der vil være medaljer til alle, der gennemfører deres disciplin samt klubpokaler til bl.a. flest antal spark/poomsae i gennemsnit pr. udøvere, hurtigst gennemførte klubber, flest deltagere pr. klub mv.

Lokation:

Kongreshallen, Tøndervej 77, 6000 Kolding.

Pris:

Det koster 79 kr. at deltage i en disciplin eller 129 kr. for at deltage i begge.

Betaling skal ske med betalingskort i forbindelse med tilmeldingen. Tilmeldingen er først gyldig når betalingen er sket.

Tilmelding skal ske på <https://www.silla.dk/event/silla-taekwondo-dag>

Tilmeldingsfristen er d. 27. januar 2023

Ramme tidsplan:

Kl. 11.00: Velkomst

Kl. 11.15 – 16.00: 100 Taeguek/1.000 Spark

Kl. 16.15: Tak for i dag

Praktisk:

Arrangementet foregår i dobok. Du vælger selv ved tilmelding, hvilke(n) disciplin(er) du ønsker at deltage i. Der er ingen krav om bæltegrad eller alder og heller intet krav om coach eller træner fra de deltagende klubber. Entré er gratis for tilskuere.

Det er tilladt at have indendørs sko på og der vil ikke være måtter på gulvet.

Du har 4 timer og 45 min til at gennemføre udfordringen om at gå 100 Taeguek/Poomsae, lave 1.000 spark på pude eller begge dele.

Sådan foregår det, hvis du vælger 100 taeguek/Poomsae disciplinen:

Du vælger selv hvilke Taeguek/Poomsae du ønsker at gå samt hvornår. Det forventes at du som minimum kan Taeguek il-jang, men ellers er der ingen krav. Udfordringen kan med fordel bruges til at øve/lære nye Taeguek/Poomsae.

Det er op til deltagerne selv at holde styr på, hvor mange Taeguek/Poomsae der er udført og løbende melde tilbage til administrationsbordene.

Sådan foregår det, hvis du vælger 1.000 spark disciplinen:

Du vælger selv hvilke spark du ønsker at lave - det eneste krav er, at der er tale om et Taekwondo spark. Der vil være pudeholdere med både store puder og små sparkepuder, så man kan variere sine spark.

Der er intet krav om, hvor pænt eller kraftfuldt det skal være – det bestemmer man selv.

Der laves "baner" med 5 pudeholdere i hver, hvor man sparker ti gange på hver pude – efter endt bane vender man tilbage til administrationsbordet og får noteret det nye antal spark.

Medaljer:

Medaljeoverrækkelse er løbende hver time startende fra kl. 13.00.

Mad:

Der er intet cafeteria i hallen, men man er velkommen til selv at medbringe mad og drikke til dagen, derudover vil det være muligt at købe lidt let at spise og noget at drikke.

Arrangør:

Kolding Taekwondo Klub Sil'la
Henrik O. Sørensen – hos@texity.net
Nicolaj Schiermer – nas@texity.net

I samarbejde med Dansk Taekwondo Forbund.

Vi håber på at se en masse glade udøvere i Kolding.

Kihap fra Sil'la



Sponsoreret af Mentoclub

Mentoclub
Foreningsadministration i øjenhøjde