



am 14. März 2020 in Lehrte

mit **Torsten Fischer** – Referent des Niedersächsischen Turnerbundes, Masseur; Anti-Schmerz-Coach; Trainer für Gesundheit, Prävention und Rehabilitation; Ganzheitlicher Faszientrainer

**Veranstalter:** Niedersächsische Taekwondo Union e.V.

**Ausrichter:** Ilyo-Do Hildesheim e.V.

**Verantwortlich:** NTU-Bildungsreferent (Max Domin)

**Veranstaltungsort:** Kampfsportschule Domin  
Köthenwaldstraße 42b  
31275 Lehrte

**Zeitplan:**  
ab 09:30 Uhr Einlass und Anmeldung  
ca. 10:00 Uhr Beginn  
ca. 14:00 Uhr Ende

**Meldeschluss:** 07. März 2020

**Teilnahmebedingungen:** keine

**Inhalte:**

- die Welt der Faszien in Theorie & Praxis
- Faszienbelebung
- faszienorientiertes Krafttraining
- faszienorientiertes Dehntraining
- Faszientherapie (Faszienrolle und FaszienSchübe)

**Mindestteilnehmerzahl:** 10 Teilnehmende (maximal 16)  
(Wird diese bis zum Meldeschluss nicht erreicht, kann der Lehrgang aus Kostengründen nicht stattfinden; Hinweis dazu kurz nach Meldeschluss auf der Homepage einsehbar.)



- Teilnahmegebühr:** 25€ (Bitte in bar vor Ort bezahlen.)
- Mitzubringen:** Sportkleidung, Handtuch, wenn vorhanden eine Yogamatte und eine Faszienrolle, Essen und Trinken
- Anmeldung:** Anmeldung formlos über den Verein an die unten angegebene Meldeadresse. Eine E-Mail mit Namen, Alter und Graduierung genügt (keine Excel-Datei nötig)!
- Meldeadresse:** bildung@ntu.de
- Haftung:** Alle Teilnehmer nehmen auf eigenes Risiko an dem Lehrgang teil. Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmer und deren Erziehungsberechtigte ausdrücklich mit dem Haftungsausschluss einverstanden.

**Dieser Lehrgang gilt als Lizenzverlängerungslehrgang für Taekwondo-Trainer mit C- und B-Lizenzen und wird mit 2,5 LE angerechnet.**

Auf dem Lehrgang wird eine Spardose für unsere Sportstiftung aufgestellt sein. Wir freuen uns über jeden Euro von unseren Teilnehmern, um Sportler der NTU langfristig finanziell zu unterstützen!



**SPORTSTIFTUNG  
NIEDERSÄCHSISCHE  
TAEKWONDO UNION**

Für weitere Informationen siehe: <http://ntu.de/inc-09-stiftung.php>