

Aktivitetssal

Mødelokale

Hal A

Hal B

Hal C

Hal D1

Caféen

Hal D2

08:00 - 09:00  
Censormøde  
CV

09:00 - 15:00  
Dangraduering  
CV

09:00-17:00  
Check-in / register  
Information

Instruktør møde  
For dem, som er ankommet

15:00 - 17:00  
Åbning  
Fællestræning  
Alle bæltegrader

## LØRDAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan  
der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info  
på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

20:00 - 01:00  
Åbningsfest

Aktivitetssal	Mødelokale	Hal A	Hal B	Hal B 2	Hal C	Hal D1	Hal D2	Caféen	Udendørs aktivitet
	<b>08:35 - 08:45</b> Holdledermøde				<b>07:00 - 09:00</b> Morgenmad / Breakfast	<b>08:10 - 08:55</b> Yoga Alle	<b>08:10 - 08:55</b> Yoga Alle		
<b>09:00 - 17:00</b> Poomsae dommerkursus <b>DTaF</b>  Lokalitet: <b>Gudenåskolen</b> Brunhøjvej 9, Ry  Både teori og praksis foregår på Gudenåskolen	<b>09:00 - 17:30</b> Tommy Mortensen Elite Træner Uddannelse	<b>09:00 - 10:15</b> Basishold Hvid - Orange Michael Iversen	<b>09:00 - 10:15</b> Basishold Grøn - Blå m. snip Choi Kyoung-An	<b>09:00 - 10:15</b> Basishold Børnetræning 4-9 år Benjamin Buch		<b>09:00 - 10:15</b> Kamp Niveau: Alle Siva	<b>09:00 - 10:15</b> Kamp Niveau: DM, International Farooq		
		<b>10:30 - 11:45</b> Basishold Alle Rødbælter Carsten A. Pedersen	<b>10:30 - 11:45</b> Basishold Alle Danbærer/Poom Siva Ramasamy	<b>10:30 - 11:45</b> Basishold		<b>10:30 - 11:45</b> Teknik Niveau Alle Tony Hansen	<b>10:30 - 11:45</b> Teknik Niveau: DM, International Nicolai Kronborg		
					<b>11:00 - 13:00</b> Frokost / Lunch			<b>12:00 - 14:00</b> Pop Up information BGI Kampefterskole står til rådighed for spørgsmål	
		<b>13:00 - 14:15</b> Basishold Hvid - Orange Choi Kyoung-An	<b>13:00 - 14:15</b> Basishold Grøn - Blå m. snip Lars Egsvang	<b>13:00 - 14:15</b> Basishold Børnetræning 4-9 år Benjamin Buch		<b>13:00 - 14:15</b> Kadet/Junior Teknik Tony Hansen	<b>13:00 - 14:15</b> Kadet/Junior Kamp Mathias og Høgni		
<b>14:15 - 15:45</b> Master Træning Jørn Chr. Andersen		<b>14:30 - 15:45</b> Basishold Alle Rødbælter Robert Van den Bergh	<b>14:30 - 15:45</b> Basishold Alle Danbærer/Poom Johnny Morberg	<b>14:30 - 15:45</b> Basishold		<b>14:30 - 16:00</b> Teknik Niveau Alle Nicolai Kronborg	<b>14:30 - 16:00</b> Kamp Niveau Alle Bjarne Johansen Mickey Svendsen		
		<b>16:00 - 17:15</b> Tema  Anders Bennedsen	<b>16:00 - 17:15</b> Tema  Lars Egsvang	<b>16:00 - 17:15</b> Tema			<b>16:15 - 17:45</b> Tema  Michael Iversen	<b>16:15 - 17:45</b> Tema	<b>16:00 - 17:00</b> Pop Up information DTaF Bredde udvalgsformand står til rådighed for spørgsmål
					<b>17:00 - 19:00</b> Aftensmad / Dinner				
<b>19:00 - 20:15</b> Tema	<b>19:00 - 20:30</b> Mentoclub Gennemgang Spørgetime Nicolaj & Henrik	<b>19:00 - 20:15</b> Tema	<b>19:00 - 20:15</b> Tema Fitness TKD Bodycombat Workout Christian Mylin	<b>19:00 - 20:15</b> Tema		<b>19:00 - 20:15</b> Teknik Banetræning Nicolai og Tony	<b>19:00 - 20:15</b> Kamp Sparring Siva og Farooq		

## SØNDAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

Aktivitetsal	Mødelokale	Hal A	Hal B	Hal B 2	Hal C	Hal D1	Hal D2	Caféen	Udendørs aktivitet
					07:00 - 09:00 Morgenmad / Breakfast	08:10 - 08:55 Yoga Alle	08:10 - 08:55 Yoga Alle		
	08:35 - 08:45 Holdledermøde	09:00 - 10:15 Basishold Hvid - Orange Robert Van den Bergh	09:00 - 10:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Anders Bennedsen	09:00 - 10:15 Basishold Børnetræning 4-9 år Tommy Mortensen		09:00 - 10:15 Teknik Niveau Alle Lærke K. Pedersen	09:00 - 10:15 Teknik Niveau: DM, International Nicolai Kronborg		
10:15 - 11:45 35+ år Hold Jørn Chr. Andersen		10:30 - 11:45 Basishold Alle Rødbælter Michael Iversen	10:30 - 11:45 Basishold Alle Danbærer/Poom Bjarne Johansen	10:30 - 11:45 Basishold		10:30 - 11:45 Kamp Niveau: Alle Siva Ramasamy	10:30 - 11:45 Kamp Niveau: DM, International Farooq Rashid		
					11:00 - 13:00 Frokost / Lunch				
		13:00 - 14:15 Basishold Hvid - Orange Farooq Rashid	13:00 - 14:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Siva Ramasamy	13:00 - 14:15 Basishold Børnetræning 4-9 år Tommy Mortensen		13:00 - 14:15 Kadet/Junior Teknik Henrik og Maja	13:00 - 14:15 Kadet/Junior Kamp Mathias og Høgni		
14:15 - 15:45 Master Træning Jørn Chr. Andersen	14:30 - 16:00 Bio	14:30 - 15:45 Basishold Alle Rødbælter Choi Kyoung-An	14:30 - 15:45 Basishold Alle Danbærer/Poom Robert Van den Bergh	14:30 - 15:45 Basishold		14:30 - 16:00 Teknik Niveau Alle Tema: Banetræning Nicolai og Lærke	14:30 - 16:00 Kamp Niveau Alle Tema: Sparring Siva Ramasamy	14:00 - 15:00 Pop Up information Stævneudvalgsformand står til rådighed for spørgsmål	
16:30 - 18:00 Erfaringskursus for Kampcoaches		16:00 - 17:15 Tema Lars Egsvang	16:00 - 17:15 Tema Carsten A. Pedersen	16:00 - 17:15 Tema Familietræning Karin Schwartz		16:15 - 17:45 Tema Kyoushu/Systema Karsten Dam	16:15 - 17:45 Tema Stefan Dyrberg Yung Jin Kim		
	17:30 - 18:00 Foredrag familietræning Karin Schwartz								
					17:00 - 19:00 Aftensmad / Dinner				
19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 20:15 Tema Michael Iversen	19:00 - 20:15 Tema Johnny Morberg	19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 21:00 Tema Freestyle Jakob Al-Hamdani	19:00 - 20:15 Tema Kamp Sparring Bjarne Johansen		

## MANDAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

Aktivitetsal	Mødelokale	Hal A	Hal B	Hal B 2	Hal C	Hal D1	Hal D2	Caféen	Udendørs aktivitet
	08:35 - 08:45 Holdledermøde	09:00 - 10:15 Basishold Hvid - Orange Carsten A. Pedersen	09:00 - 10:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Rasmus Holm	09:00 - 10:15 Basishold Børnetræning 4-9 år Tommy Mortensen	07:00 - 09:00 Morgenmad / Breakfast	08:10 - 08:55 Yoga Alle	08:10 - 08:55 Yoga Alle		
10:15 - 11:45  35+ år Anders Bennedsen		10:30 - 11:45 Basishold Alle Rødbælter Karin Schwartz	10:30 - 11:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Choi Kyoung-An	10:30 - 11:45 Basishold		09:00 - 10:15 Kamp Niveau Alle	09:00 - 10:15 Kamp Niveau: DM, International Siva og Farooq		
		13:00 - 14:15 Basishold Hvid - Orange Choi Kyoung-An	13:00 - 14:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Michael Iversen	13:00 - 14:15 Basishold Børnetræning 4-9 år Tommy Mortensen	11:00 - 13:00 Frokost / Lunch	10:30 - 11:45 Teknik Niveau Alle Kim Nedergaard	10:30 - 11:45 Teknik Niveau: DM, International Kim Nedergaard		
14:15 - 15:45  Master Træning Jørn Chr. Andersen	14:30 - 16:00 Bio	14:30 - 15:45 Basishold Alle Rødbælter Johnny Morberg	14:30 - 15:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Anders Bennedsen	14:30 - 15:45 Basishold		13:00 - 14:15 Kadet/junior Teknik Henrik og Maja	13:00 - 14:15 Kadet/junior Kamp Mathias og Høgni	14:00 - 15:00 Pop Up information Bosai Højskole står til rådighed for spørgsmål	
16:00 - 17:15 Kupgraduering Hans Erik Steffensen		16:00 - 17:15 Tema  Michael Iversen	16:00 - 17:15 Tema  Robert Van den Bergh	16:00 - 17:15 Tema		14:30 - 16:00 Teknik Niveau Alle Tema: Banetræning Landsholdes trænere	14:30 - 16:00 Kamp Niveau Alle Tema: Sparring Mickey & Farooq	16:00 - 17:00 Pop Up information Teknik landsholdelse står til rådighed for spørgsmål	
		19:00 - 20:15 Tema  19.30 - 20.30 Tema Dans Frank og Susanne	19:00 - 20:15	19:00 - 20:15 Tema	17:00 - 19:00 Aftensmad / Dinner	16:15 - 17:45 Tema Kyoushu/Systema Karsten Dam	16:15 - 18:15 Tema AXION		
19:00 - 20:15 Tema						19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema		

## TIRSDAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

Aktivitetsal	Mødelokale	Hal A	Hal B	Hal B 2	Hal C	Hal D1	Hal D2	Caféen	Udendørs aktivitet
	08:35 - 08:45 Holdledermøde				07:00 - 09:00 Morgenmad / Breakfast	08:10 - 08:55 Yoga Alle	08:10 - 08:55 Yoga Alle		
	09:00 - 14:00 Kampdommerkursus (Teori)	09:00 - 10:15 Basishold Hvid - Orange Johnny Morberg	09:00 - 10:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Choi Kyoung-An	09:00 - 11:00 Teknik Team/pair Poomsae Laura, Silje og Annesofie		09:00 - 10:15 Teknik Niveau Alle Lærke K. Pedersen	09:00 - 10:15 Teknik Niveau: DM, International Nicolai Kronborg		
10:15 - 11:45 35+ år Jørn Chr. Andersen		10:30 - 11:45 Basishold Alle Rødbælter Anders Bennedsen	10:30 - 11:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Michael Iversen			10:30 - 11:45 Kamp Niveau Alle Farooq & Mickey	10:30 - 11:45 Kamp Niveau: DM, International Farooq & Mickey		10:30 - 11:30 Fodbold for børn og barnlige sjæle
					11:00 - 13:00 Frokost / Lunch				
		13:00 - 14:15 Basishold Hvid - Orange Barbara Drago	13:00 - 14:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Robert Van den Bergh	13:00 - 14:15 Basishold Børnekonkurrence 4-11 år Mikkel Køster DTaF Ingen tilmelding		13:00 - 14:15 Kadet/Junior Teknik Henrik og Maja	13:00 - 14:15 Kadet/Junior Kamp Mathias og Høgni	13:00 - 16:30 Pop Up information UC - Kamp står til rådighed for spørgsmål	
14:15 - 15:45	DTaF Bestyrelsesmøde	14:30 - 15:45 Basishold Alle Rødbælter Edwin van Beek	14:30 - 15:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Carsten A. Pedersen			14:30 - 16:00 Teknik Niveau Alle Tema: Banetræning Nicolai og Lærke	14:30 - 16:00 Kamp Niveau Alle Tema: Sparring Bjarne Johansen		
16:00 - 17:15 Tema Barbara Drago		16:00 - 17:15 Tema Michael Iversen	16:00 - 17:15 Tema Master Træning Jørn Chr. Andersen	16:00 - 17:15 Tema		16:15 - 18:00 Tema Freestyle Jakob Al-Hamdani	16:15 - 17:45 Kampdommerkursus (Praksis)		16:00 - 17:30 Fodbold
					17:00 - 19:00 Aftensmad / Dinner				
19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 20:15 Tema Show Night	19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema		

## ONSDAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

Aktivitetsal	Mødelokale	Hal A	Hal B	Hal B 2	Hal C	Hal D1	Hal D2	Caféen	Udendørs aktivitet
	08:35 - 08:45 Holdledermøde				07:00 - 09:00 Morgenmad / Breakfast	08:10 - 08:55 Yoga Alle	08:10 - 08:55 Yoga Alle		
10:15 - 11:45 fra 35+ år		09:00 - 10:15 Basishold Hvid - Orange Edwin van Beek	09:00 - 10:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Barbara Drago	09:00 - 10:15 Basishold		09:00 - 10:15 Børnetræning 4-9 år Tommy Mortensen	09:00 - 12:00 Shiatsu Michael Iversen		
		10:30 - 11:45 Basishold Alle Rødbælter Rasmus Holm	10:30 - 11:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Choi Kyoung-An	10:30 - 11:45 Basishold		10:30 - 11:45 Teknik Niveau Alle Nicolai & Lærke			
					11:00 - 13:00 Frokost / Lunch				
14:15 - 15:45	13.00 - 17.00 ATK 2.0 Michael Iversen Mikkel Køster	13:00 - 14:15 Basishold Hvid - Orange Anders Bennedsen	13:00 - 14:15 Basishold Grøn - Blå m. snip Stefan Dyrberg	13:00 - 14:15 Basishold		13:00 - 14:15 Kadet/Junior Teknik Henrik og Maja	13:00 - 14:15 Børne Kampstævne		
	DTaF Kursus Tilmelding forgår i informationen på lejren	14:30 - 15:45 Basishold Alle Rødbælter Choi Kyoung-An	14:30 - 15:45 Basishold Alle Danbærere/Poom Edwin van Beek	14:30 - 15:45 Basishold		14:30 - 16:00 Teknik Niveau Alle Tema: Banetræning Nicolai og Lærke	14:30 - 16:00 Børne Kampstævne		
16:00 - 17:15 Tema		16:00 - 17:15 Tema Barbara Drago	16:30 - 18:00 Hockeyturnering -tilmelding i informationen	16:30 - 18:00 Hockeyturnering -tilmelding i informationen		16:15 - 18:15 Teknik Team/pair Poomsae Laura, Silje og Annesofie	16:15 - 17:45 Tema Stefan Dyrberg Yung Jin Kim		
					17:00 - 19:00 Aftensmad / Dinner				
19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema		19:00 - 20:15 Tema	19:00 - 20:15 Tema		

## TORS DAG PROGRAM

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan  
der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info  
på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)

**Aktivitetssal**

**Mødelokale**

**Hal A**

**Hal B**

**Hal C**

**Hal D1**

**Caféen**

**Hal D2**

**09:00 - 10:15**  
Afslutning  
Fællestræning  
Alle bæltegrader

## **FREDAG PROGRAM**

NB: Med forbehold for ændringer / subject to change.  
Yderligere oplysninger følger på opdateret træningsplan  
der udgives i dagene før sommerlejren starter. Mere info  
på [www.taekwondo-summercamp.dk](http://www.taekwondo-summercamp.dk)