



**BEWEGUNG FÜR DAS LEBEN**

# SHINSON HAPKIDO

## FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

**KÖLN, vom 22. – 24. März 2024**  
**mit Sonsanim Ko. Myong**

**Seid herzlich willkommen zum Shinson Hapkido-Training für alle: Anfänger/innen, Fortgeschrittene, Interessierte ohne Vorkenntnisse und aus anderen Kampfkünsten!**

**Veranstalter: Shinson Hapkido Köln e.V., Dojang Köln**

**Leitung: Sonsanim/Großmeister Ko. Myong**

**Koordination, Organisation: Sabomnim/Meister Uwe Dallwitz**

**Die Veranstaltung findet mit offizieller Genehmigung der International Shinson Hapkido Association e.V. statt**

**[www.shinsonhapkido-koeln.de](http://www.shinsonhapkido-koeln.de)**



# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

Der Kölner Dojang lädt herzlich zu einem Wochenendlehrgang mit dem Begründer von Shinson Hapkido, Sonsanim Ko. Myong, ein

<b>Wann</b>	22. – 24. März 2024
<b>Wo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leonardo-da-Vinci Gymnasium Blücherstraße 15 – 17, 50733 Köln U-Bhf. Florastraße, Eingang zur Halle ist Yorkstraße</li><li>• Dojang Köln, Maybachstr. 172 – 174, 50670 Köln U- und S-Bhf. Hansaring, U-Bhf. Ebertplatz</li></ul>
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chon-Jie-In Myong Sang / Meditation</li><li>• Danjeon Hohupbop / Atemtechnik</li><li>• Shinson Ki Do In / Heilgymnastik für den Alltag</li><li>• Shinson Hapkido-Training</li><li>• Gemeinschaftstraining</li><li>• Diskussion und Beratung</li></ul>
<b>Wer</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jede/r kann teilnehmen: Junge und alte Menschen, Fortgeschrittene, Interessierte ohne Vorkenntnisse oder aus anderen Kampf- und Bewegungskünsten. (Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen bitten wir um kurze vorherige Rücksprache)</li></ul>
<b>Mitzubringen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Shinson Hapkido-Ausweis (sofern vorhanden)</li><li>• Sportkleidung oder Shinson Hapkido-Dobok</li><li>• ab 4. Kup: Chang Bong, Dan-Träger/innen: Lang- und Kurzstock</li><li>• Hallenschuhe oder warme Socken, Schreibzeug</li><li>• für die Übernachtung: Schlafsack und Luftmatratze o.ä.</li></ul>
<b>Leitung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sonsanim / Großmeister Ko. Myong, Gründer des Shinson Hapkido / Korea</li></ul>
<b>Lehrer/innen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Offizielle Shinson Hapkido Lehrer/innen</li></ul>
<b>Veranstalter</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Shinson Hapkido Köln e.V., Maybachstr. 172 – 174, 50670 Köln Tel. 0160/94853004 (Sabomnim / Meister Uwe Dallwitz)</li><li>• Die Veranstaltung findet mit offizieller Genehmigung der International Shinson Hapkido Association e.V. statt</li></ul>
<b>Kostenbeitrag</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erwachsene: 80,- Euro</li><li>• Kinder 6 – 12 Jahre: 50,- Euro</li><li>• inkl. Frühstück und Abendbuffet</li></ul>
<b>Anmeldeschluss</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 10. März 2024</li></ul>



# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

## ZEITPLAN

---

### FREITAG, 22. MÄRZ 2024

Dojang Köln, Maybachstr. 172 – 174, 50670 Köln

18.30 – 20.30 Shinson Hapkido – Training ab 1. Kup  
ab 19:00 Treffen der Teilnehmer bis 2. Kup, Kennenlernen und Einteilung der Übernachtungsplätze

---

### SAMSTAG, 23. MÄRZ 2024

Leonardo-da-Vinci Gymnasium, Blücherstraße 15 – 17, 50733 Köln

ab 9:00 Anmeldung  
10.00 – 11.00 Gemeinschaftstraining  
11.00 – 12.30 Gruppentraining  
12.30 – 14.30 Pause  
14.30 – 16.30 Gruppentraining  
16:30 – 17:30 Gemeinschaftstraining

Dojang Köln, Maybachstr. 172 – 174, 50670 Köln

ab 19:00 Kleine Feier und Abendessen / Buffet – Getränke werden verkauft

---

### SONNTAG, 24. MÄRZ 2024

Dojang Köln, Maybachstr. 172 – 174, 50670 Köln

5:45 – 7:00 Meditation und Gymnastik  
7:30 – 9:00 Frühstück

Leonardo-da-Vinci Gymnasium, Blücherstraße 15 – 17, 50733 Köln

10:00 – 11:00 Gesundheitstraining für alle ab 6 Jahre  
11:00 – 12:30 Gemeinschafts- und Gruppentraining  
13:00 – 14:00 Gesprächsrunde mit Sonsanim Ko Myong

---

## MEHR INFORMATIONEN UND KONTAKT UNTER:

[www.shinsonhapkido-koeln.de](http://www.shinsonhapkido-koeln.de)  
[info@shinsonhapkido-koeln.de](mailto:info@shinsonhapkido-koeln.de)





# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

## ANMELDUNG

zum Shinson Hapkido Frühjahrslehrgang  
22. – 24. MÄRZ 2024, Köln

**LEHRGANGSGEBÜHR** Erwachsene: 80,-  
Kinder 6 – 12 Jahre: 50,-  
Für alle Teilnehmer/innen unter 18 Jahren ist die Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten erforderlich!  
(siehe Anlage)

## ANMELDUNG

Anmeldelisten bitte per eMail an: [info@shinsonhapkido-koeln.de](mailto:info@shinsonhapkido-koeln.de)  
oder telefonisch: 0160/94853004

**Anmeldeschluss: 10. März 2024**

Einzelne Anmeldungen (z.B. von Gästen) können direkt bei  
Lehrgangsbeginn erfolgen, per eMail oder Telefon (s.o.)

**Achtung: bei Stornierung nach dem 15.03. muss der volle  
Kostenbeitrag bezahlt werden.**

**Wir bitten hierfür um Verständnis.**

Übernachtungsmöglichkeiten für Auswärtige werden organisiert.  
Bitte Isomatten, Schlafsack und Kopfkissen mitbringen!

---

Schule/Kyosanim

---

Adresse

---

Tel.


eMail

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Für mitgebrachte Gegenstände kann nicht gehaftet werden.

Nr.	Name/Anschrift (Dojang)	Alter	Kup / Dan	Fr./Sa.	Unterschrift
01.					
02.					
03.					
04.					



# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

Nr.	Name / Anschrift (Dojang)	Alter	Kup / Dan	 Fr./Sa.	Unterschrift
05.					
06.					
07.					
08.					
09.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					



# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

## EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG

Hiermit erkläre ich mich mit der Teilnahme meines Kindes

---

Vorname, Name

am Shinson Hapkido Frühjahrslehrgang, vom 22. – 24. MÄRZ 2024 in Köln, einverstanden.

Ich bin mit den Unterrichts- und Lehrmethoden des Shinson Hapkido vertraut und mir ist bekannt, dass die Teilnahme auf eigene Gefahr erfolgt. Ich habe außerdem mein Kind darüber informiert, dass den Anweisungen der verantwortlichen Personen (Shinson Hapkido-LehrerInnen / BetreuerInnen) unbedingt Folge zu leisten ist.

**Nachträglicher Einspruch ist ausgeschlossen.**

---

Datum Unterschrift eines Erziehungsberechtigten

Name, Adresse und Telefonnummer der / des Erziehungsberechtigten (Tel.-Nr. bitte unbedingt angeben):

---

---

---

Bitte geben Sie Ihrem Kind sicherheitshalber eine Krankenkassenkarte und/oder die nötigen Daten zur Krankenversicherung mit:

---

Krankenkasse/Geschäftsstelle

Name des Mitgliedes

Geburtsdatum des Mitgliedes



# SHINSON HAPKIDO FRÜHJAHRSLERHGANG 2024

## WEGBESCHREIBUNG

### Aus allen Richtungen zum Dojang:

Die **U-Bahnlinien 5, 16, 17, 18, 19** fahren zum **Ebertplatz**, die **U-Bahnlinien 6, 12, 15** stoppen an **Hansaring** und **Ebertplatz**. Die **S-Bahn-Linien 11, 12** und **13** halten ebenfalls an der **S-Bahn-Haltestelle Hansaring**. Von beiden Haltestellen sind es noch fünf Gehminuten in die **Maybachstrasse**.

### Vom Kölner Hauptbahnhof zum Dojang in der Maybachstraße 172 – 174:

Die **S-Bahn** vom Bahnhof zur **Haltestelle Hansaring** braucht eine Minute. Von dort sind es noch fünf Gehminuten.

### Vom Kölner Hauptbahnhof zur Halle (Leonardo-da-Vinci Gymnasium):

eine Station mit **Linie 16** oder **18** bis **Ebertplatz**, am **Ebertplatz** in **Linie 12** oder **15** umsteigen, zwei Stationen bis **Florastraße** (vorne aussteigen), weiter stadtauswärts auf der Neusser Straße zu Fuß etwa 200 Meter bis **Blücherstraße**, hier rechts gehen und nochmals 100 Meter bis zur **Yorkstraße**, hier links gehen, auf der rechten Seite kommt die Einfahrt zur Schule, der Halleneingang ist gleich links.

Die Anfahrt mit dem Auto ist grundsätzlich möglich, Parkplätze gibt es nur sehr wenige, diese müssen eigenständig gesucht werden.

**Der Eingang zur Halle ist in der Yorkstraße, nicht in der Blücherstraße!**