



Gratis Tang Soo Do trainingen in MFC “Op Expeditie”

Vanaf 1 maart start Koguryo op dinsdag- en donderdagavond vanaf 19:00 tot 20:00 uur met het geven van Tang Soo Do trainingen in het MFC “Op Expeditie”, Vossenerlaan 57, 5924 AC Blerick.

Wil je kennis maken met Tang Soo Do kom dan gratis meetraineren! Geef je hiervoor op via info@dojangkoguryo.nl

Tang Soo Do is een traditionele Koreaanse krijgskunst voor zelfverdediging en wordt ook wel "Koreaans karate" genoemd. Het is een systeem van zelfverdediging tegen ongewapende en gewapende belagers. Ongeveer 2000 jaar geleden ontstaan vanuit de behoefte van de mens om zichzelf en zijn bezittingen te kunnen verdedigen.

Tang Soo Do is er voor iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht, lenigheid, lichaamsbouw of beperkingen. Het kan op een puur recreatief niveau worden beoefend maar ook op wedstrijd niveau. Ieder jaar vinden er nationale en internationale toernooien plaats waarbij het Wereldkampioenschap het grootste toernooi is.

Tang Soo Do biedt naast het sportieve karakter nog veel meer, niet alleen het lichaam wordt getraind maar ook de geest ontwikkelt zich en door de trainingen wordt de beoefenaar lichamelijk en geestelijk weerbaarder. De trainingen vereisen een behoorlijke mate van discipline. Het is voor velen een prettige en ontspannen wijze van afreageren van de dagelijkse spanningen en een mooie gelegenheid om de lichamelijke conditie te verbeteren. Zeker voor de jeugd is het een manier om hun energie op leerzame en beheerste wijze te verbruiken.

Respect voor elkaar staat binnen Tang Soo Do hoog aangeschreven. Dit uit zich onder andere door voor elkaar te buigen ongeacht ranghoogte.

“Maar er is toch al genoeg zinloos geweld!” Vechtsport wordt vaak geassocieerd met geweld. Ervaring leert dat als je weet hoe je jezelf kunt verdedigen, je meer zelfvertrouwen hebt en uitstraalt, waardoor je jezelf niet hoeft te bewijzen. Daarnaast is Tang Soo Do geen gevechtssport maar een krijgskunst. Bij een gevechtssport ben je in gevecht met een tegenstander, bij Tang Soo Do ben je in gevecht met jezelf. Door hard werken, volharding, concentratie en discipline bereik je het voor jou hoogst haalbare niveau.

Wil je meer weten over Tang Soo Do of Koguryo (trainingstijden, gratis lessen, kosten, etc) vraag het informatiebulletin aan via info@dojangkoguryo.nl of kijk op de website www.dojangkoguryo.nl