

Training zur Mittagspause

19.11.2009, 08:41 | IT, New Media & Software

Pressemitteilung von: *Twin Taekwondo Zürich*



Twin Taekwondo Zürich

Die neue Taekwondo Kampfsportschule im Herzen von Oerlikon - Twin Taekwondo Zürich - hat nach dem erfolgreichen Start am Max Bill Platz weitere Neuigkeiten zu melden.

Ab sofort gibt es auch montags und mittwochs Training für alle Firmen in Oerlikon. Interessierte Damen und Herren, können in der Zeit von 12:00 Uhr bis 12:45 Uhr vorbei kommen. Angeboten wird ein 45 Minütiges Fitnessprogram basierend auf der Kampfkunst Taekwondo (Tae Kwon Do). Geschult werden Konzentration, Koordination und Selbstverteidigung, sowie Dehn und Atemübungen. Danach kann man noch in der Kampfsportschule Duschen und ist nach der Mittagspause wieder fit am Arbeitsplatz!

Da die Schule 6 Tage in der Woche, sowohl morgens als auch nachmittags und abends geöffnet hat, bietet sie eine weitere Alternative zu dem bestehenden Angebot der Kampfsportschulen in Zürich. Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren trainieren so oft sie können zu einem festen Preis!

Portrait

TWIN Taekwondo - eine koreanische Kampfkunst - ist sowohl für Kinder ab dem 6. Lebensjahr, wie auch für Erwachsene allen Alters geeignet. Eltern können auch gemeinsam mit Ihren Kindern TWIN Taekwondo erleben und erlernen und damit einen Ausgleich zum stressigen Alltag wie Schule oder Beruf schaffen, ohne die Familie zu vernachlässigen.

TWIN Taekwondo fördert die Einheit von Körper und Geist. Wer sich selbst und seinen Körper beherrscht, der kann auch die Schwierigkeiten des täglichen Lebens besser meistern. Taekwondo ist daher auch weit mehr als nur eine Sportart. Eigene Grenzen erkennen, sowie gegenseitiger Respekt und Achtung, spielen genauso eine Rolle wie das Herausfinden der persönlichen Stärken und Talente, der richtige Umgang mit seinen Schwächen und das Abwehren von körperlichen und seelischen Angriffen.

Die Schülerinnen aller Grade und Altersstufen, lernen von Anfang an miteinander und damit auch voneinander.

Auch deshalb wird gegenseitige Rücksichtnahme und Toleranz in das Zentrum des Lehrsystems gerückt.

Was die Technik, die Innovation und die Verfolgung von Zielen betrifft, ist TWIN Taekwondo die bevorzugte Anlaufstelle unter den Kampfkünsten in Zürich.

News-ID: 372425 • Views: 756 (Stand: 14.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/372425/Training-zur-Mittagspause.html>