

Checkliste

Mai 2017



Taekwondo Kyorugi Sportler

Woran muss ich denken?

- Dobok
- Gürtel
- Trainingsjacke (Verein)
- Hallenschuhe/ Taekwondo Schuhe
- Ausgefüllte und unterschriebene Einverständniserklärung
- DTU-Pass / Personal-/Kinderausweis
- Krankenversicherungskarte
- Tiefschutz
- Mundschutz (transparent)
- Unterarmschützer
- Schienbeinschützer
- Fußschützer
- Handschützer
- Kopfschutz? (wird ggf. vom Ausrichter gestellt)
- Weste? (wird ggf. vom Ausrichter gestellt)
- Trinken in Plastikflaschen (Wasser oder dünne Schorle)
- Essen
- Pflaster
- Geld
- (Extrahaarspangen)
- Finger- und Fußnägel schneiden.
- Gewicht ok?
- Schmuck ausziehen / zuhause lassen
- Handtuch
- Sportbrille bzw. Kontaktlinsen
- Kenntnisse der aktuellen Fassung der WOT
- Kenntnisse der Kampfrichterzeichen
- Kenntnisse der Punkte und Fehlerzählung.