

SPORTWERK DÜSSELDORF E.V.

- wurde 1994 von Tayar Tunc gegründet und mit seinem Team kontinuierlich weiterentwickelt.
- ist mit dem „Karl-Heinz-Wanders Ehrenpreis“ für seine besonderen Verdienste um den Sport von der Düsseldorfer Presse geehrt worden.
- ist offizieller Landesleistungs- und Bundesstützpunkt.
- hat mehrfache Auszeichnungen für sein Engagement in der Kinder- und Jugendförderung erhalten.
- ist Stützpunktverein für das Projekt „Integration durch Sport“, eine Initiative des Bundesministerium des Innern und des Deutschen Olympischen Sportbundes.
- ist mit dem Talentförderprogramm „Schulsport-Taekwondo in Düsseldorf“ des Ministeriums für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport NRW beauftragt.
- stellt mehrfach die Düsseldorfer Juniorsportler:innen des Jahres.
- ist mit dem Förderpreis der Landeshauptstadt Düsseldorf ausgezeichnet worden.

TAEKWONDO

- ist Ausdruck von Respekt und Rücksichtnahme.
- ist Kampfkunst, Breitensport, Wettkampf, Selbstverteidigung und Olympische Disziplin.
- ist in Altersstufen sowie in Anfänger und Fortgeschrittene unterteilt.
- ist in den Händen von erfahrenen Trainer:innen mit Meistergraduierung. Das Team wird verstärkt durch Physiotherapeut:innen, Sportwissenschaftler:innen, Landes- und Bundes-trainer:innen.
- ist eine Chance, Schüchternheit zu überwinden und ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln.

HEALTH & BODY BOUTIQUE GYM

- ist ein Mix aus maßgeschneiderten Trainingsplänen, verschiedenen Kursen und individueller Betreuung.
- trainiert wird generationenübergreifend in entspannter und familiärer Umgebung.
- bietet dir mit seiner besonderen Architektur einen gemütlichen und barrierefreien Aufenthalt.
- ermöglicht Training an modernen ergonomischem Equipment mit individueller Trainingsbetreuung auf höchstem Niveau.
- ist durch eine individualisierte Fitness-App auf die Bedürfnisse des einzelnen Mitglieds zugeschnitten.

Trainingsplan

STANDORT UNTERBILK
HAUPTSTÜTZPUNKT /
ZENTRALE

SPORTWERK DÜSSELDORF E.V.
LANDESLEISTUNGS- UND BUNDESSTÜTZPUNKT TAEKWONDO
VOLMERSWERTHER STR. 26, 40221 DÜSSELDORF

WEITERE STANDORTE

SPORTWERK OBERKASSEL
COMENIUS-GYMNASIUM
HANSAALLEE 90/LÜTTICHER STR. 34
40547 DÜSSELDORF
NEUE SPORTHALLE
SPORTWERK-ZWEIKAMPFRAUM 1.OG

SPORTWERK STOCKUM
MONTESSORI GRUNDSCHULE
FARNWEG 10
40468 DÜSSELDORF

SPORTWERK OBERBILK (COMING SOON)
TAEKWONDO LEISTUNGSZENTRUM
LESSING-GYMNASIUM/NRW-SPORTSCHULE
EINGANG NEUE SPORTHALLE
ELLERSTR. 84-94, 40227 DÜSSELDORF

ÖFFNUNGSZEITEN

MO - FR: 09:00 UHR - 21:30 UHR SA: 09:00 UHR - 16:30 UHR SO: 12:00 UHR - 16:30 UHR FEIERTAGE: GESCHLOSSEN

ONLINE SHOP

SCHAU DIR UNSERE NEUESTE KOLLEKTION IM SHOP AN:
WWW.SHOP.SPORTWERK-DUESSELDORF.DE

Probetraining und Mitgliedschaft

MELDE DICH GANZ SCHNELL UND EINFACH ONLINE AN.
WERDE TEIL UNSERER SPORTWERK COMMUNITY!

WWW.SPORTWERK-DUESSELDORF.DE INFO@SPORTWERK-DUESSELDORF.DE

HIER GEHT'S ZUR ANMELDUNG:



Talentschmiede, Gesundheitsstätte und Kulturfabrik in gemütlich eleganter Boutique – Atmosphäre.
Wir sind mehr als ein Verein!

TAEKWONDO IN UNTERBILK

KIDS 3 - 4,5 JAHRE ↓	KIDS-STARTER 4 - 8 JAHRE ↓	KIDS-STARTER 9 - 11 JAHRE ↓	YOUNG AB 12 JAHRE ↓	SPORTWERK ZWEIKAMPF-KADER* ↓	YOUNG AB 15 JAHRE UND ERWACHSENE ↓
BEWEGUNGSERZIEHUNG FR. 14:30 - 15:15 UHR	GRUNDAUSBILDUNG 1 MO. + MI. + FR. 15:30 - 16:30 UHR 16:30 - 17:30 UHR SA. 10:00 - 11:00 UHR	GRUNDAUSBILDUNG 2 MO. + MI. + FR. 15:30 - 16:30 UHR 16:30 - 17:30 UHR SA. 11:15 - 12:15 UHR	TALENTFÖRDERUNG MO. + MI. + FR. 17:45 - 18:45 UHR	LEISTUNGSTRAINING MO. + MI. + FR. 18:45 - 20:00 UHR SA. 15:00 - 16:15 UHR	TRADITIONELLES MO. + MI. + FR. 20:00 - 21:15 UHR
	YOUNG TALENTS U12* DO. 16:30 - 17:45 UHR SA. 12:30 - 13:45 UHR	YOUNG TALENTS U12* DO. 16:30 - 17:45 UHR SA. 12:30 - 13:45 UHR	YOUNG TALENTS Ü12* DO. 17:45 - 19:00 UHR SA. 13:45 - 15:00 UHR		

* TEILNAHME IN DEN JEWEILIGEN YOUNG TALENTS GRUPPEN SOWIE AM LANDESLEISTUNGS- UND BUNDESSTÜTZPUNKT NACH ABSPRACHE MIT DEN TRAINERN!

HEALTH & BODY IN UNTERBILK

PHYSIODO® BODY FIT ↓	PHYSIODO® ATHLETIC ↓	PHYSIODO® CAMP ↓	PHYSIODO® MOBILITY ↓	
MO. + DO. 09:30 - 10:15 UHR	DI. 19:30 - 20:30 UHR	DO. 19:30 - 20:30 UHR	SO. 12:45 - 13:30 UHR	

HEALTH & BODY (MEDICAL FITNESS) BOUTIQUE GYM

TERMINE ZUR EINWEISUNG AN DEN GERÄTEN
NUR NACH VORHERIGER ANAMNESE UND
TRAININGSPLANUNG MÖGLICH.

RUFEN SIE UNS ZWECKS TERMINVEREINBARUNG AN!

MIT DEINER ANMELDUNG KANNST DU AN UNSEREN
WECHSELNDEN KURSEN JEDERZEIT TEILNEHMEN.

TAEKWONDO IN OBERKASSEL

KIDS-STARTER
4 - 8 JAHRE ↓

GRUNDAUSBILDUNG 1
DI. + DO. 16:30 - 17:30 UHR

KIDS-STARTER
9 - 11 JAHRE ↓

GRUNDAUSBILDUNG 2
DI. + DO. 17:30 - 18:30 UHR

YOUNG AB 12 JAHRE ↓

TALENTFÖRDERUNG
DI. + DO. 18:30 - 19:30 UHR

**YOUNG AB 15 JAHRE
UND ERWACHSENE** ↓

DI. + DO. 19:30 - 20:30 UHR

TAEKWONDO IN STOCKUM

KIDS-STARTER
4 - 8 JAHRE ↓

GRUNDAUSBILDUNG 1
MO. + DO. 18:00 - 19:00 UHR

KIDS-STARTER
9 - 11 JAHRE ↓

GRUNDAUSBILDUNG 2
MO. + DO. 18:00 - 19:00 UHR

YOUNG AB 12 JAHRE ↓

TALENTFÖRDERUNG
MO. + DO. 19:00 - 20:00 UHR

TAEKWONDO IN OBERBILK

KIDS-STARTER
4 - 8 JAHRE ↓

COMING SOON.

KIDS-STARTER
9 - 11 JAHRE ↓

COMING SOON.

YOUNG AB 12 JAHRE ↓

COMING SOON.

**LANDES- UND
BUNDESKADER** ↓

DI. + DO. 18:30 - 20:30 UHR

WEITERE TRAININGSEINHEITEN NACH ABSPRACHE.