

Karate für Kinder

Es ist eine schnelllebige Zeit heutzutage, Kinder und Jugendliche müssen mit einem großen Medienangebot, mit intensivem Lernen und mit manchmal großen Sorgen bezüglich nahender oder schon feststellbarer Pubertät mit früherem Beginn fertig werden. Viele Eltern schauen sich daher nach einem Hobby um, welches die heute geforderten Kompetenzen unterstützt und dabei etwas Ruhe und Gelassenheit vermittelt. Beim Budokan Saal e.V. bietet man nun wieder einen Anfängerkurs „Karate für Kinder“ an. Er startet ab Dienstag, 10. April, jeweils um 18.00 Uhr. Was sich allgemein Kampfsport nennt, hat aber mehr mit dem Kampf gegen sich selbst zu tun. Durch ständiges Wiederholen – in der Fachsprache Ritualisierung genannt- wird dem jungen Menschen Sicherheit vermittelt, Kraft, Beweglichkeit und Koordination spielen im Karate eine große Rolle und werden beständig gefördert. Zudem ist aber auch eine starke soziale Komponente enthalten. Da die Techniken nicht alleine geübt werden können, braucht man

den verlässlichen Partner und muss selbst ein solcher sein.

Karate ist also mehr als ein System zur Selbstverteidigung.

Beim Budokan Saal e.V.

trainiert man das wettkampflöse

Karatesystem Shotokan-Karate-

Koryu-Do, daher eignet es sich

optimal für Kinder, welche nicht noch einen zusätzlichen Stress durch Turniere etc.

ausgesetzt werden sollen und wollen, sondern sich auf sich und den Partner

konzentrieren können sollen. In Saal fungieren ausschließlich lizenzierte Trainer in

Zweiertandems als Karatelehrer für Kinder und Jugendliche. Interessenten werden

gebeten, sich unter moserthomas@email.de anzumelden, die Teilnehmerzahl ist auf

16 Kinder beschränkt. Im ersten Monat erfolgt das Probetraining beitragsfrei.

Trainiert wird in der Hauptstraße 45a (Alter Kindergarten) in Saal. Anfangs ist

lediglich Turnbekleidung nötig, geübt wird barfuß, teilnehmen dürfen Kinder ab 6

Jahren.



www.fotolia.de