

Karate Spielberg
Peter Stiegmeier

+43 664 8481631?
p.stiegmaier@hotmail.com

Karate - Anfängerkurs für Kinder

Am 12. September 2022 startet im Verein Karate Spielberg ein neuer Anfängerkurs für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren.

Eine gute Gelegenheit für alle jene Kinder, die Karate kennenlernen möchten. In diesem Kurs lernen die Kinder die ersten Grundtechniken im Karate und die erste Kata (festgelegte Abfolge von Techniken).

Ebenso wichtig sind uns die Stärkung des Körpers, der Aufbau von Muskeln und koordinativen und motorischen Fähigkeiten.

Darüber hinaus ist es uns bei Karate Spielberg ein Anliegen den Kindern Grundwerte zu vermitteln, die im Karate wie im Leben für uns eine wichtige Rolle einnehmen – Respekt, Achtsamkeit und Wertschätzung im Miteinander.Neben der Entwicklung eines guten Gefühls für den eigenen Körper und der eigenen Kraft, ist für uns die Förderung des Selbstbewusstseins und des Selbstwerts von großer Bedeutung.

Lernen gelingt leichter, wenn wir in der Freude sind und Spaß haben. Deswegen fließen ins Training viele Spiele und Parcours mit ein. Beim Spielen trainieren wir Reaktionsfähigkeit, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Wahrnehmung u.v.m. Es steht nicht das Gewinnen oder Verlieren im Vordergrund, sondern der Spaß, den wir dabei haben.

Beim ersten Training besteht die Möglichkeit einfach mal kostenlos mitzumachen und reinzuschnuppern.

Für weitere Informationen und zur Voranmeldung stehen wir gerne unter +43 664 7515 1087 zur Verfügung.

Wir freuen uns auf alle interessierten Kids.