Langenselbolder Bote 1.2.12

Karate Verein Langenselbold

Neuer Anfängerkurs

Langenselbold. Wie in den vergangenen Jahren bietet der Karate Verein Langenselbold auch im Jahr 2012 wieder einen Anfängerkurs in Shotokan-Karate an.

In dem Kurs wird Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen von acht bis 88 die Gelegenheit geboten, diesen Sport einmal unverbindlich auszuprobieren und kennen zu lernen.

Karatesport betreiben heißt in vielen Schritten festgelegte Techniken zu erlernen. Ein Lernabschnitt wird mit einer Kyu-Prüfung abgeschlossen, was durch die Vergabe eines farbigen Gürtels dokumentiert wird. Je nach Trainingseifer und Talent dauern diese Abschnitte unterschiedlich lange. Bis zum Erreichen eines Dan-Titels „Schwarzgurt", benötigt ein Karateka in jedem Fall einige Jahre, zumal die Anforderungen mit zunehmendem Grad ansteigen.

Der Anfängerkurs führt in die Grundelemente von Karate ein, lehrt die einfachen Arm- und Beintechniken, erste Bewegungsabfolgen des simulierten Kampfes - so genannte Kata - und Partnerübungen.

Beginn ist in diesem Jahr schon am Dienstag, 31. Januar, um 18.45 Uhr in der Turnhalle der Schule am Weinberg (Rhönstraße 67). Das Training findet dann jeweils dienstags und donnerstags statt und ist auf eine Dauer von etwa fünf Wochen ausgerichtet. Wer an dem Sport Gefallen gefunden hat, kann anschließend dem Verein beitreten und weitertrainieren.

Der Kurs wird kostenfrei angeboten und die nach dem Beitritt erhobenen Monatsbeiträge des Karate Vereins Langenselbold sind mit 4 Euro für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, 5 Euro für Erwachsene und 10 Euro für Familien als äußerst günstig anzusehen. In dem Beitrag ist zudem die Möglichkeit enthalten, am Kobudo- (traditioneller Kampf mit dem Stock) oder dem Budo-Aerobic-Training teilzunehmen.

Die Trainer besitzen eine Lizenz im Deutschen Olympischen Sport Bund (DOSB).

Weitere Informationen sind im Internet unter „www.kvl.info" verfügbar. Insbesondere wird hier auf die „Häufig gestellten Fragen" hingewiesen.