

Karate Verein Langenselbold

Neuer Anfängerkurs

Langenselbold. Wie in den vergangenen Jahren bietet der Karate Verein Langenselbold auch im Jahr 2013 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 kennenzulernen.

Koordination - Konzentration - Entspannung - Fitness sind Elemente des Karate Trainings, das im Karate Verein Langenselbold überwiegend als Breitensport betrieben wird. Dies bedeutet, dass Karate-Do „für jeden“ angeboten wird. Im Gegensatz dazu stehen Vereine, die sich auf die Teilnahme an Wettkämpfen ausrichten. Innerhalb der Jugendarbeit wird diese Möglichkeit angeboten, und Jugendtrainerin Tamara Fuchs konnte schon zahlreiche Erfolge bei Meisterschaften und Turnieren vermelden.

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

und Partnerübungen.

Beginn ist Donnerstag, 14. Februar, für Kinder und Jugendliche um 18.45 Uhr, für Erwachsene um 20 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 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.