



Karate-do Wels

(ZVR: 754667413)
Postfach 3
4600 Wels

Internet: www.karatedo.at

e-Mail: office@karatedo.at

Anfängerkurs *Karate-do* für Kinder und Erwachsene (Herbst 2020) – Zusammenfassung

| | |
|-------------------------|---|
| Kampfkunst: | Karate-do (<i>Weg der leeren Hand</i>), Stilrichtung <i>Shotokan</i> |
| Trainingsort: | Budokan Wels, Pulverturmstrasse 5, 4600 Wels |
| Trainer: | Prof. Mag. Ewald Roth Christoph Buchinger (staatl. geprüfter Instruktor) Iris Kreuzer (staatl. geprüfter Instruktor) |
| Kursbeginn: | 01. Oktober 2020, 18.00 Uhr (Einweisung, Anmeldung, 1. Training) |
| Kursende: | Frühjahr 2021 |
| Kursabschluss: | Prüfung zum 9. Kyu (Schülergrad), prakt./theoret. Prüfung mit Prüfungsurkunde des österr. Karatebundes |
| Trainingszeiten: | Do, 18.00 - 19.00 Uhr |
| Vorraussetzung: | körperliche Gesundheit |
| Alter: | mind. 8 Jahre |
| Bekleidung: | Sportbekleidung (für den 1. Kurstag), danach Karate-Anzug |
| Anmeldung: | am ersten Kurstag |
| Kurskosten: | 115/135 Euro (Kinder/Erw.), inkl. Lehrbuch, exkl. Prüfungsgebühr SONDERPREIS für Erw. mit 1 Kind: wenn beide trainieren, kostet der Kurs insgesamt 140€ (der zweite Elternteil wäre gratis!) (Bezahlung in Bar vor Ort in der ersten Trainingswoche) |
| Info/Kontakt: | siehe unten |

MASKEN zum **BETRETEN** und **VERLASSEN** der Trainingsstätte mitnehmen

Karate-do (übersetzt: *der Weg der leeren Hand*) ist eine alte Kampfkunst aus Okinawa und traditionell eine erstklassige, effektive Selbstverteidigung, bei der der ganze Körper eingesetzt wird. Sie fördert das Selbstbewusstsein und die Gelassenheit. Im Training und Wettkampf werden alle Techniken mit Fuß oder Faust vor dem Auftreffen gestoppt, der Verzicht auf Trefferwirkung hat oberste Priorität.

- * *Karate-do* fördert die Persönlichkeit, die Selbstbeherrschung und die Konzentration
- * *Karate-do* baut Verantwortungsbewusstsein und Achtung vor dem Partner systematisch auf
- * *Karate-do* schult Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit in hohem Maße
- * *Karate-do* lehrt bewusstes Atmen und Konzentration
- * *Karate-do* kann von Menschen aller Altersstufen erlernt werden
- * *Karate-do* fordert Körper und Geist gleichermaßen in vielseitiger Weise
- * *Karate-do* ist ein idealer Ausgleich zum Alltagsstress in unserer Zeit

| | |
|--|---|
| Mag. Ewald Roth Tel. +43 664 / 160 71 38 E-Mail: e.roth@karatedo.at | Mag. Hans Werner Streicher, MBA Tel: +43 676 / 3264174 E-Mail: h.streicher@karatedo.at |
|--|---|