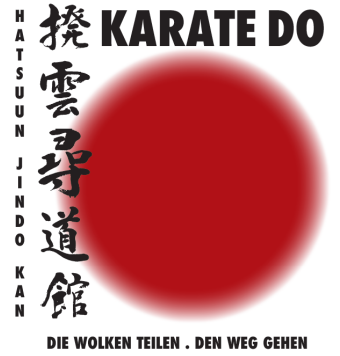




SPORT  
UNION   
*Wir bewegen Menschen*

Verein für JKA Shotokan Karate Dc  
Gumpendorfer Straße 63d, 1060 WIEN  
ZVR: 657725649



**KARATE UNION WIEN**

[www.karate-kurse.at](http://www.karate-kurse.at)

## Neuer Anfängerkurs für Kinder (7-12 Jahre)

**Start: 15. September 2023**

Einstieg in den ersten drei Trainingseinheiten möglich

### Allgemeines

Durch das Karatetraining werden die Kinder entsprechend ihrem Alter sowohl körperlich als auch geistig gefordert und gefördert:

- körperlich z.B. durch die Verbesserung der Ausdauer, Beweglichkeit und der richtigen Körperhaltung
- geistig z.B. durch Übungen für Konzentration, Geduld und Achtung vor dem Partner

In unseren Kursen legen wir Wert darauf, dass die Kinder:

- Spaß an der Bewegung haben
- lernen sich bewusst zu bewegen
- Liebe zum Sport zu entdecken
- erfahren wie wichtig Disziplin ist, um u.a. Verletzungen vorzubeugen
- lernen in einer Gemeinschaft gut auszukommen und andere Personen zu respektieren bzw. auf Andere Rücksicht zu nehmen

### Kursleitung / Anmeldung / Kontakt

Dr. Christian Osterbauer, 5. Dan JKA

Telefon: 0677 / 180-818-03

E-Mail: [kinder@karate-kurse.at](mailto:kinder@karate-kurse.at)



<http://www.karate-kurse.at>

### Kursinhalte

Schwerpunkte **Kinder (Mini-Tiger) (7-12 J)**:

- Allgemeine körperliche Ertüchtigung
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Steigerung der Kondition
- Spielerisches Erlernen von Karatetechniken

Bei regelmäßigem Training und Absolvierung von mindestens 12 von 15 Trainingseinheiten besteht am Ende des Kurses die Möglichkeit zur Ablegung einer Gürtelprüfung.

### Trainingszeit / Kursbeitrag

**Kinder (7 - 12 Jahre)**

Freitag 17:00 - 17:50 Uhr

*Kursbeitrag: EUR 165,--*

Einzuzahlen auf folgendes Konto:

*Raiffeisenlandesbank Niederösterreich-Wien  
Karate Union Wien*

*IBAN: AT59 3200 0000 1247 4482*

*BIC: RLNWATWW*

Die Teilnahme am Kurs (ausgenommen Probetraining) ist nur mit vorheriger und vollständiger Einzahlung der Kursgebühr auf das oben genannte Vereinskonto möglich.

**GRATIS PROBETRaining**