

Karateverein KKC Neutraubling e.V.

Beginn: Dienstag, 06. März 2018



## German JKF Goju Kai Kenbukan Deutschland





17:30 Uhr Kinder ab der ersten Schulklasse, Jugendliche ab 13 Jahren können wählen, ob sie bei den Kindern oder Erwachsenen mitmachen möchten

19:00 Uhr Erwachsenen und Jugendliche

Turnhalle der Förderschule Geschwister-Scholl-Str.4, Neutr. bringt einfach Sportkleidung mit und eure Eltern

- kostenloses Probetraining im März
- 2x die Woche, dienstags und donnerstags
- 25 Euro pro Monat

## Das bieten Ihnen und Ihrem Kind unsere JKF GOJU-KAI/KENBUKAN Karatevereine:

Ihr Kind erlernt Karate als Sport und als reine Selbstverteidigung, denn das offizielle Goju-Ryu Karate im JKF GOJU-KAI/ KENBUKAN Verband gehört zu den ältesten und besten Selbstverteidigungssystemen der Welt, besonders geeignet für Mädchen und Frauen. Unsere Karatestilrichtung GO-JU-RYU im JKF GOJU-KAI/KENBUKAN lässt sich lückenlos zurückverfolgen bis zum offiziellen Japanischen Karateverband (JKF Goju-Kai).

Cheftrainer für das Goju-Ryu Karate im JKF Goju-Kai/Kenbukan in ganz Deutschland ist Stanko Kumer 7. Dan, er hat als einziger weltweit alle seine Schwarzgurtprüfungen beim japanischen Karateverband abgelegt.

Stanko Kumer hat das Goju-Ryu Karate in Sachsen und Chemnitz nach der Wende aufgebaut und ist offizieller Vertreter und Cheftrainer für alle Außenstellen in der Welt außerhalb Japans die das Goju-Ryu Karate im JKF Goju-Kai/ Kenbukan betreiben.

Alle Trainer, die Sie und ihre Kinder trainieren, sind von ihm persönlich bestens ausgebildet worden.

## Unsere Trainer sind außerdem noch ausgebildete Gewaltpräventionstrainer.

Viele Vereine, Kinder-und Jugendeinrichtungen und Schulen werden heutzutage immer mehr mit Gewalt und deren Prävention konfrontiert. Medien berichten über sexuelle Übergriffe, aggressionsbereite Kinder und Jugendliche, Fremdenfeindlichkeit unter Jugendlichen, medialer Gewalt oder verschiedensten Süchten, die Kinder und Jugendliche heute ausgesetzt sind.

Unsere Trainer und Vorstände wirken dem entgegen, sprechen und diskutieren nachfolgende Themen mit ihren Kindern und Jugendlichen. Mobbing und deren Ursachen und Lösungen. Fremdenfeindlichkeit in Vereinen und Schulen. Aggressionspotential bei Kindern und Jugendlichen und der Umgang damit. Sexualisierte Gewalt, Evaluation und Analyse, Gefahren für Kinder und Jugendliche. Suchtprävention, Selbstsicherheitstraining, Empathie u.a.

Durch unser Training werden bei Kinder und Jugendlichen Aggressionen und kriminelle Verhaltensweisen abgebaut.

- Blutdruckes, Stabilisierung des Kreislaufes, Vorbeugung gegen Kreuzschmerzen, Abbau von Stress usw.)
- Der Körper wird gestärkt und widerstandsfähiger gegen eine Vielzahl von Krankheiten.
- Bei Kindern werden durch spezielle Spannungsübungen Haltungsschäden vorgebeugt.
- Aufgrund besonderer Atemübungen ist das Training auch für Asthmatiker geeignet.
- Durch das Training wird die Muskulatur aufgebaut, und in Schnellkraft umgesetzt.
- Beweglichkeit und Dehnung werden verbessert, ebenso wie Motorik und Reaktionsschnelligkeit.
- Durch regelmäßiges und intensives Karatetraining kommt es zu verstärktem Selbstbewusstsein, Konzentrationsfähigkeit und Durchhaltevermögen.

Unsere Karatevereine mit ihrem speziellen Training wirken an der Erziehung ihres Kindes mit; Prinzipien wie Aufmerksamkeit, Disziplin, Höflichkeit, Ehrlichkeit, Achtung vor den Mitmenschen, Bescheidenheit usw., die im öffentlichen Umfeld heutzutage sehr vernachlässigt werden, werden wieder ausgeprägt.

Durch die Mitgliedschaft in unseren Vereinen betreibt ihr Kind etwas Sinnvolles und erlernt dabei in einem Umfeld, welches nach den genannten Prinzipien trainiert und lebt, diese wichtigen lebensbegleitenden Werte.

In unseren Vereinen hat jeder die Möglichkeiten außer Training auch an Turnieren, Lehrgängen, Zeltlager, Wanderungen, Weihnachtsfeiern, Faschingsfeiern, Ski -oder Snowboardfahren usw. teilzunehmen.

Ihr Kind hat bei uns die Möglichkeit offizielle Gürtelprüfungen abzulegen, diese Prüfungen sind auf der ganzen Welt gültig.

INTERNET: www.goju-kai.de

- Als Erwachsener trainieren Sie Karate zur K\u00f6rperert\u00fcchtigung, Verbesserung Ihrer Gesundheit und als Selbstverteidigung
- Das Karate gehört nachweislich zu den vier gesündesten Sportarten, denn der Körper wird durch das spezielle
  Training gleichmäßig beansprucht.
- Viele Gesundheitsprobleme werden verbessert (z.B. Halten oder Senken Ihres Gewichtes, Normalisierung des



m

110