



- Spiel und Bewegung
- Übungen für Fitness, Gleichgewicht und Reaktion
- Training für Koordination, Beweglichkeit und Kraft
- gemeinsamen Teamspielen

Zusammen sind wir stark und üben Konzentration, Mut, Vertrauen und Gelassenheit.

Und das immer mit Disziplin und Respekt gegenüber anderen, denn Fairness ist unser wichtigstes Ziel!

Nähere Informationen und Anmeldung
unter www.karate-dojo-ueberlingen.de

oder E-Mail:
dojoleiter@karate-dojo-ueberlingen.de

KARATEDOJO

ÜBERLINGEN

SEIT 1975

Karate Dojo Überlingen
Haus der Vereine
Langgasse 5
88662 Überlingen

空手道

Karate Do

KARATEDOJO

道

ÜBERLINGEN

www.karate-dojo-ueberlingen.de

Wir machen Karate!
Wann kommst du?





Darum ist Karate für Kinder so gut geeignet

Karate vermittelt Kindern grundlegende Werte

Im Karatetraining lernen Kinder Respekt, Höflichkeit und Fairness gegenüber anderen Kindern. Dies fördert ihr Sozial- und Gemeinschaftsverhalten.

Karate macht Kinder selbstbewusst

Durch das Karatetraining entwickelt ihr Kind ein gesundes Selbstbewusstsein und steigert das Wahrnehmungsvermögen für den eigenen Körper. Themen wie Mut, Umgang mit Angst und Gewalt werden in praktischen Übungen mit dem Trainingspartner aufgenommen.

Karate macht Kinder fit und beweglich

Durch das Karatetraining entwickeln Kinder ein gutes Körpergefühl, steigern ihre Beweglichkeit und Kraft. Kinder bauen ihre Kondition auf und lernen koordinativ anspruchsvolle Bewegungstechniken.

Karate trainiert das Gehirn

Durch das Karatetraining lernen Kinder, sich auf eine Sache zu konzentrieren. Dies kommt den Kindern auch in der Schule zugute.

Karate macht Kindern Spass

Kinder lieben Karate. Im Training können sie toben, sich körperlich ausprobieren und ihren natürlichen Bewegungsdrang auf eine disziplinierte Art ausleben. Freundschaft, Ehrlichkeit, Fairness, Zusammenhalt und Freude am Sport stehen bei uns an erster Stelle.

Spaß und Gemeinsamkeit im Training erleben:

Entdecken Sie Karate für Ihr Kind!

Melden Sie sich gern per E-Mail für ein Schnuppertraining an unter: dojoleiter@karate-dojo-ueberlingen.de

www.karate-dojo-ueberlingen.de



Kindertraining in drei Stufen von 4-14 Jahren

Montag

16.30-17.45 Uhr Kinder ab 7 Jahren/Anfänger

Dienstag

16.30-17.30 Uhr Kinder ab 7 Jahren/Anfänger
17.30-19.00 Uhr Kinder 9-12 Jahre/Unter-/Mittelstufe
19.00-20.00 Uhr Jugendliche ab 12 Jahren

Donnerstag

15.30-16.30 Uhr Bonsai ab 4 Jahre/Anfänger
16.45-17.45 Uhr Kinder 7-10 Jahre/Unterstufe
17.45-18.45 Uhr Kinder 8-12 Jahre/Mittelstufe

Durch die aufeinander aufbauenden Stufen gelingt ein fließender Übergang in das nächst höhere Training bis hin zum Erwachsenentraining.