

Shoto-Kempo-Ryu-Karate-Do

Fachwart/Übungsleiter: Werner von Holt
Steinkamp 17
21709 Himmelpforten
Tel. 04144-4238



Die seit 1994 bestehende Karateabteilung des MTV hat derzeit 36 aktive Mitglieder, die regelmäßig am Training teilnehmen. Aus der Kindergruppe haben am 25.7.14 folgende Karateka`s in einem Lehrgang die ihre nächste Prüfung erfolgreich bestanden:

Zum 9. Kyu (Weiß-Gurt)

- Bastian Klein
- Ragnar Jon Strothmann
- Jakob Hagemann
- Lasse Bösch
- Luis Schwan

Zum 8. Kyu (Gelb-Gurt)

- Jeremy-Leon Hientzsch

Am 12.12.2014 haben folgende Kinder, Jugendliche und Erwachsene Ihre Gürtelprüfung bestanden:

Zum 9. Kyu (Weiß-Gurt)

- Sebastian Hennig
- Manon Maier
- Juan Francisco Malbranc
- Max Malbranc

Zum 6. Kyu (Grün-Gurt)

- Juliana Heilemann
- Daniel Bock
- Nicholas Wegner
- Lea Albers
- Jana Schulze
- Sinja Rathjens

Zum 5. Kyu (1. Blau-Gurt)

- Chiara Hagenah
- Bennet Faltin

Karate fördert die Selbstbeherrschung, Persönlichkeit und Konzentration. Es ist ein Training für Körper und Geist, in dem Beweglichkeit, Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft, Genauigkeit, Konzentration und Verantwortungsbewusstsein geschult werden. Die im Training geübten Techniken (u.a. Faust- Fuß- Ellenbogen- und Kniestöße) werden vor dem Auftreffen gestoppt.

Kinder und Jugendliche der Karateabteilung



Die Karatesparte bietet regelmäßiges Training für Kinder (ab 6), Jugendliche und Erwachsene (keine Altersbegrenzung) an. Wer Interesse am Erlernen dieser traditionellen Kampfkunst hat, ist herzlich eingeladen, am Training teilzunehmen.

**Trainingszeiten: Montags: 18:00 – 19:00 Uhr (Jugendliche/Erwachsene)
 Samstags: 10:00 - 11:00 Uhr (Kindergruppe 6- 12 Jahre)
 11:00 - 12:30 Uhr (Jugendliche/Erwachsene)**

Ort: „Hans-Dubbels-Halle“

**Weitere Infos* erteilt: Werner von Holt (3. Dan) – Trainer-Lizenz: B
 Tel. 04144-4238**

*** siehe auch: <http://www.mtv-himmelpforten.de/index.php/karate.html>**