

# Karate bei uns! Im Karateverein Shotokan Wenden e.V.



Dieses Schreiben gibt dir erste, sowie hilfreiche Informationen rund um unseren gemeinnützigen Verein und unsere geliebte Kampfkunst Karate, bevor es überhaupt zur Anmeldung kommt.

## Karate – Was ist das?

Unsere Kampfkunst wurde ursprünglich in China entwickelt und kam über Okinawa nach Japan. Das Wort „Karate“ heißt übersetzt „Leere Hand“ (kara = leer; te = Hand) und meint, dass wir uns nicht mit Waffen, sondern mit unserem eigenen Körper verteidigen. Karate besteht aber nicht nur aus körperlicher Selbstverteidigung, sondern schult gleichzeitig unseren Geist und fördert z.B. Mut, Konzentration und Geduld.

## Wer kann Karate trainieren?

Jeder. Karate kann dich dein ganzes Leben begleiten, denn es passt sich deiner körperlichen Leistungsfähigkeit an. Unsere jüngsten aktiven Mitglieder sind 6 (Bonsai-Gruppe), unsere ältesten aktiven Mitglieder über 50 Jahre alt.

## Was wird trainiert?

Wir trainieren traditionelles Karate. Dieses besteht aus den drei Elementen Grundschule (Kihon), Formenlauf (Kata) sowie Partnerübungen (Kumite). Des Weiteren bieten wir eine Fitnessgruppe zur Förderung der Ausdauer und Koordination, sowie eine Leistungsgruppe für wettkampforientiertes Karate an.

## Wann bekomme ich den schwarzen Gürtel?

Der schwarze Gürtel kennzeichnet einen Meistergrad (Dan-Grad). Wenn du mit Karate startest, beginnst du zuerst als Schüler mit einem weißen Gürtel. Du trainierst regelmäßig und legst daraufhin Prüfungen zum nächsten Schülergrad („Kyu-Grad“) ab. Dabei gibt es neun Schülerprüfungen (weiß, gelb, orange, grün, 2x violett, 3x braun), bevor du dich der ersten Meisterprüfung zum 1.Dan stellen kannst. Der Zeitpunkt dieser Prüfung hängt von der persönlichen Entwicklung ab und wird von deinem Trainer festgelegt. Prüfungen können bei uns im Verein oder auf regionalen, wie nationalen DJKB-Lehrgängen abgelegt werden.

## Was ist unser Ziel mit dir?

Wir sind ein Verein zur Förderung von Karate, möchten mit dir trainieren und dich auf Karateprüfungen vorbereiten. Aber genauso wichtig ist uns, andere Menschen für Karate zu begeistern und uns gemeinsam, lebenslang, persönlich und körperlich mit dieser Kampfkunst zu entwickeln. Unsere Vereinsgemeinschaft geht dabei weit über den Trainingsbetrieb hinaus und baut auf gegenseitigen Respekt und Verantwortung.

## Bin ich versichert? Welche Kosten kommen auf mich zu?

Ja, jedes Mitglied ist versichert. Dafür sind wir im KarateNW (Karateverband Nordrhein-Westfalen e.V.) organisiert. Darüber hinaus wirst du als Mitglied in unserem Verein auch offizielles Mitglied in unserem nationalen Karateverband DJKB (Deutscher-JKA-Karate-Bund).

Kostenart	Einmalige Kosten	Regelmäßige Kosten
Vereinsmitgliedschaft Shotokan Wenden e.V.	_____	Kinder (bis einschl. 15 Jahre): 10,00€ pro Monat Erwachsene (ab 16 Jahre): 15,00€ pro Monat
DJKB	Ausweis: 12,00€	Kinder bis einschl. 14 Jahre: 25,00€ pro Jahr Erwachsene ab 15 Jahre: 30,00€ pro Jahr Prüfungsgebühr (Kyu-Grad): 10,00€ pro Prüfung
Karateanzug	Kinder: ca. 30,00€ Erwachsene: ca. 80,00€	_____

Wir freuen uns, wenn du neugierig geworden bist und wir dich bei einem ersten kostenlosen Probetraining begrüßen dürfen! Komm einfach barfuß mit Sportdress (lange Hose & T-Shirt) bei der nächsten Trainingseinheit vorbei. Schmuck wie z.B. Ohrringe, Ketten oder Armbänder sollten vor Trainingsbeginn abgelegt werden, um Verletzungen vorzubeugen.

Weitere Informationen findest du im Internet unter [www.shotokan-wenden.de](http://www.shotokan-wenden.de).

押忍

Dein Karateverein Shotokan Wenden e.V.

OSS