

## KARATE - Kampfkunst für uns alle

Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung, Karate eröffnet allen Altersgruppen und Interessenlagen ein breites sportliches Betätigungsfeld.

Karate ist nicht nur spannend für Alt und Jung. Durch die Vielseitigkeit fördert Karate Gesundheit und Wohlbefinden. Auch deshalb haben sich viele junge und ältere Menschen für diese Art des Sports entschieden. Stufe um Stufe wachsen Geschicklichkeit und Leistungsvermögen. Die farbigen Gürtel sind dabei Hilfe und Ansporn.

- vgl. [www.karate.de](http://www.karate.de) -

### Preise:

Aufnahme (einmalig)	10,- €
Kinder/Jugendl. v. 8 - 18 J.	6,- € (mtl.)
Erw. v. 19 - 27 J.	7,50 € (mtl.)
Erw. v. 28 - 65 J.	9,- € (mtl.)
Erw. ab 65 J.	7,50 € (mtl.)
Familien	20,00 € (mtl.)
+ Abteilungsbeitrag: (je Mitglied)	2,50 € (mtl.)



## KARATEABTEILUNG der TG 1848 Schweinfurt e. V.



Unsere wichtigste Regel lautet:

### Kämpfe in Demut!

Das bedeutet:

- Hab Achtung und Respekt vor deinem Gegner (Hochmut bringt dich zu Fall)
- Hab Selbstvertrauen und kämpfe! (wer kämpft kann auch verlieren, wer nicht kämpft hat schon verloren)

**KARATEABTEILUNG  
der  
TG 1848 Schweinfurt e. V.**

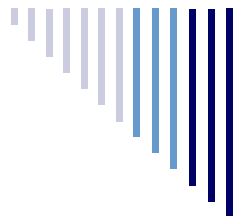
Lindenbrunnenweg 51  
97422 Schweinfurt

Geschäftsstelle:  
Tel: 09721 2 22 42  
Fax: 09721 1 81 55

[www.karate-tg48.de](http://www.karate-tg48.de)

**JAPANISCHE KAMPFKUNST  
FÜR KÖRPER UND GEIST**

[www.karate-tg48.de](http://www.karate-tg48.de)



## Über uns:



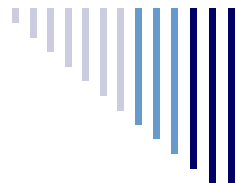
Die Karateabteilung widmet sich der japanischen Kampfkunst Karate, einer facettenreichen Kampfart: Diese reicht vom Aspekt der Selbstverteidigung, der körperlich-geistigen Schulung bis hin zum Wettkampfsport. Generell handelt es sich dabei um eine Kunst der Verteidigung mit bloßen Händen.

Trainiert wird hauptsächlich in einem traditionellen Übungsraum, dem "Dojo", wo sich uns bei der Turngemeinde mit 168 m<sup>2</sup> Mattenfläche beste Übungsbedingungen bieten. Wir sind Mitglied im Deutschen-Karate-Verband, dem Dachverband für Karate in Deutschland. Bei der TG hat die japanische Kunst schon eine lange Tradition. So fand bereits 1973, ca. 10 Jahre nach der Abteilungsgründung unter Sensei Arthur Hisatake, der Bundesbestenlehrgang in unserem Dojo statt (vgl. Foto).



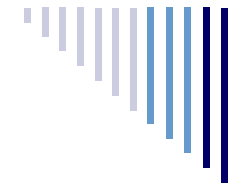
Foto: Dr. Peter Langer, Wolfgang Ziebart

(Foto von [www.karate-online.de/texte/seka.htm](http://www.karate-online.de/texte/seka.htm))



## Trainieren bei der Karate-Abteilung der TG 48:

Wir legen Wert auf eine ganzheitliche Ausbildung, weshalb die Übungsstunde nach unterschiedlichen Schwerpunkten gewichtet ist. Der Anfänger soll die Grundlagen in der Grundschule (dem "Kihon") und im Scheinkampf (der "Kata") erlernen. Der Fortgeschrittene widmet sich höheren Katas und wird zunehmend an den Freikampf, dem "Kumite", herangeführt. Praxisnahe Selbstverteidigungstechniken ergänzen bei allen Aspekten das Training. Den jugendlichen Karatekas (Übende des Karate) wird die Möglichkeit gegeben, sich regelmäßig im Rahmen von Wettkämpfen zu messen, die in den Disziplinen Kata und Kumite ausgetragen werden. Dazu wird ein spezielles Vorbereitungstraining angeboten.



## Probetraining:

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Möchten Sie sich körperlich fit halten und gleichzeitig Möglichkeiten der Selbstverteidigung erlernen? Dann kommen Sie einfach zu einem Probetraining vorbei:

Kinder und Schüler freitags um 18 Uhr,

Jugendliche/Erwachsene freitags um 19.30 Uhr!

Einfache Sportkleidung reicht dazu aus. Sie können zwei- bis dreimal kostenlos trainieren bevor eine Mitgliedschaft im Verein und in der Abteilung erforderlich wird.

**KARATEABTEILUNG**  
der  
**TG 1848 Schweinfurt e. V.**

Lindenbrunnenweg 51  
97422 Schweinfurt

Geschäftsstelle:  
Tel: 09721 2 22 42  
Fax: 09721 1 81 55

[www.karate-tg48.de](http://www.karate-tg48.de)