



## Über 50 Neueinsteiger in den Karate-Anfängerkursen der SGM

**Moosburg.** Wieder einmal sehr gut besucht sind die Karate-Einsteigerkurse der SG Moosburg. In allen Altersklassen – Bambini ab vier Jahren, Kindertraining in Moosburg und Mauern ab sechs Jahren und Erwachsenentraining in der SGM-Halle ab 15 Jahren – haben sich wieder über 50 Interessierte eingefunden. Sie alle werden die

Gelegenheit nutzen, in den verbleibenden Trainingsstunden bis zum Jahreswechsel einmal die Woche Karate zu trainieren. Neben einem ausgedehnten Aufwärmtraining bei den Bambini und Kindern mit altersgerechten Spielen heißt das vor allem auch, die ersten Karatetechniken zu erlernen. Bis zum Jahresende werden die Neueinsteiger in

der Lage sein, die ersten Fauststöße, Abwehr- und Fußtechniken anzuwenden. In den Bambini- und Kindertrainings ist vor allem die Balance zwischen Spaß und Disziplin immer eine Herausforderung für die Trainer. Die Einsteigerkurse sind noch bis 31. Dezember. Für die Bambini (vier bis sechs Jahre) am Mittwoch von 17 bis 18 Uhr in der

SGM-Halle; für die Kinder (sechs bis neun Jahre) am Freitag von 17 bis 18.30 Uhr in der Albinhalle; für die Kinder in Mauern (ab sechs Jahre) am Donnerstag von 17 bis 18.30 Uhr in der Turnhalle Mauern; für Jugendliche (ab 15 Jahre) und Erwachsene am Mittwoch von 19 bis 20.30 Uhr in der SGM Halle.

(Text/Foto: SGM/Pape)