



Einsteigertraining Karate

Moosburg. (rs) Viele an Karate Interessierte absolvieren derzeit ihre ersten Trainingseinheiten bei der SG Moosburg. Kinder, Jugendliche und Erwachsene probieren aus, was Karate bedeutet, Familienangehörige und Freunde können dabei zu-

schauen. Karate ist mehr als nur Schlagen und Treten, es geht um Körperbeherrschung, Respekt, Disziplin, Selbstverteidigung und vor allem den Willen, sich zu verbessern und Herausforderungen zu meistern. Zudem schult das Training die

Reaktionsfähigkeit. Beim Einsteigertraining konnten die Interessierten die Sportart ausprobieren und sehen, was ein trainierter Karateka alles kann. Aber vor allem, wie viel Spaß das gemeinsame Training macht.

Foto: Rosa Spanier