



Sehr zufrieden mit den Leistungen der jüngsten Teilnehmer bei der Ferienfreizeit Karate war die Trainerin und zugleich Vorsitzende des Karate-Dojo Rheinau, Ulrike Metzen-Streit. Foto: Bretschneider

Ferienkinder erlernen zuerst den Respekt vor dem Gegner

Karate-Dojo Rheinau stellt Grundtechniken dieser Kampfsportart vor

Rheinau-Linx (bre). Im Rahmen des Ferienprogramms bot der Karate-Dojo Rheinau an drei Vormittagen ein abwechslungsreiches Programm für die teilnehmenden Ferienkinder. 22 Kinder nutzten die Möglichkeit, die ersten Erfahrungen in der Sportart Karate zu sammeln.

Das Trainerteam um Dojo-leiter Peter Kress vermittelte, dass Karate zwar eine Kampfsportart ist, aber sicher keine Lizenz zum Prügeln erteilt. Ziel war neben dem Erlernen erster Grundschrirte und Techniken der Respekt und die Achtung vor dem Trainingspartner so-

wie rücksichtsvolles Verhalten zu vermitteln.

Das Training, das in der Hans-Weber-Halle in Linx, dem Stammsitz des Karate-Dojo, stattfand, war zwar schweißtreibend, aber alle Kinder waren mit Feuereifer dabei. 13 Kinder zwischen sechs und neuen Jahren und neun Kinder zwischen zehn und 14 Jahren erfuhren, dass sich Anstrengung lohnt.

Erste Übungen

Bei den Jüngern machten die »Hilfstrainer« Maya (5), Pauline (7) und Maximilian vor, wie es geht, und nachdem die

Grundtechniken klar waren, konnten sogar die ängstlichen Kinder stolz in den ersten Partnerübungen bestehen.

Bei den älteren Kindern wurde das Level etwas angehoben. Hier wurden auch ganze Übungsabläufe einstudiert. Nach einigen Übungen gelang dies auch schon sehr gut. Einige der älteren Teilnehmer waren schon so gut, dass sie nach einigen Wochen der Übung bereits eine Gürtelprüfung ablegen könnten. Am Ende der Freizeit waren sich beide Seiten einig, dass so eine Veranstaltung auch im nächsten Jahr wieder stattfinden sollte.