

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				16.00 - 16.45 Minis
				16.00 - 16.45 Kinder Klein ab GELB
17.00 - 18.00 Kinder Kuen ab GELB		16.30 - 17.15 Minis		16.45 - 17.45 Kinder Klein
18.00 - 19.00 Kinder Gross		16.30 - 17.30 Kinder Klein		17.00 - 18.00 Kinder Gross
				18.00 - 18.45 Kinderkampf

Dies ist der Stundenplan für Euch

Kung Fu Academy Lübeck

Speckmoorstrasse 6
23568 Lübeck

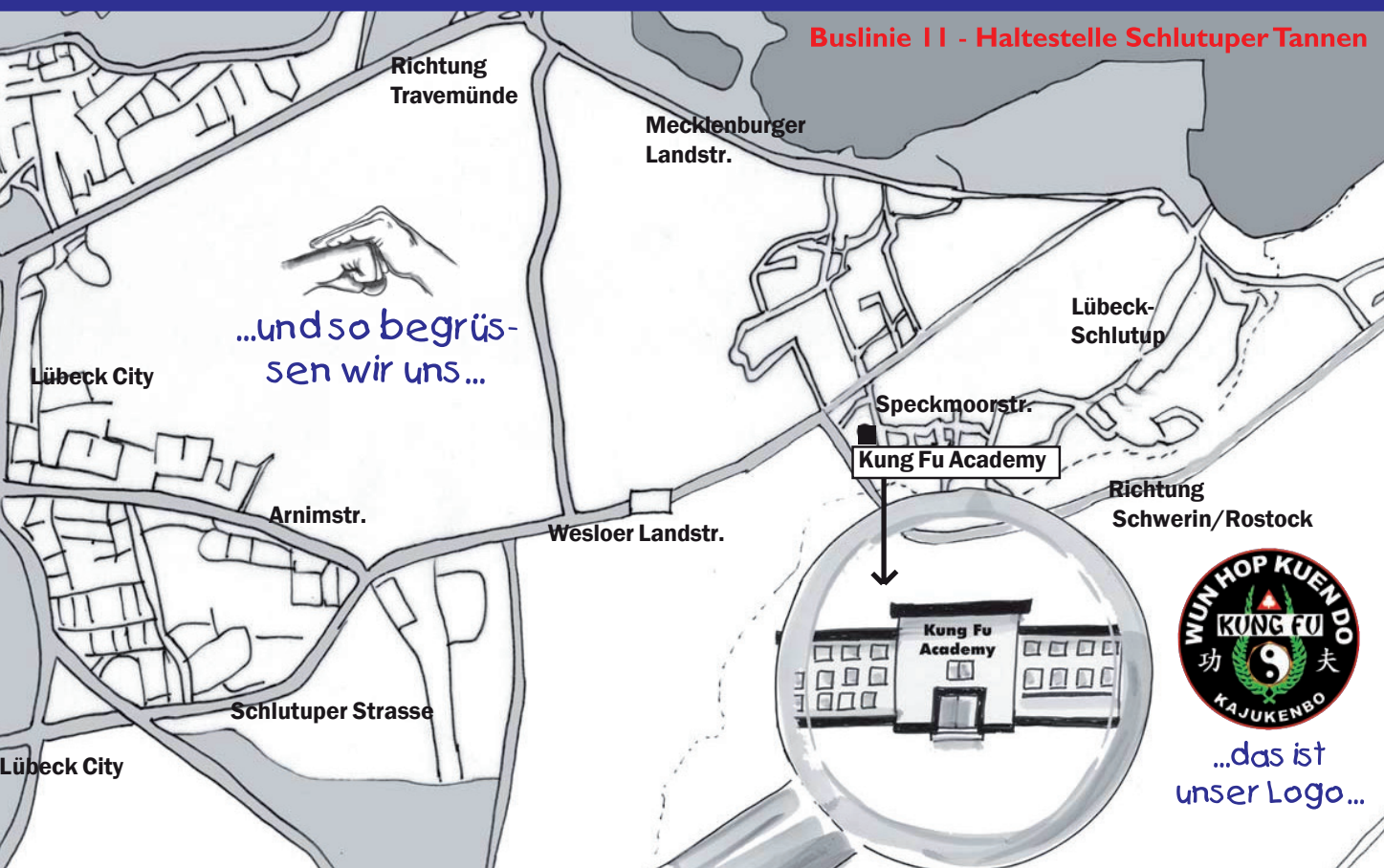
Fon. 0451-690510
Fax: 0451-692571

sifumi@foni.net
www.whkd-luebeck.de

Kampfsport für Kinder ?

JA

KUNG FU FÜR KIDS





Was ist Kung Fu?

Im alten China bedeutete der Begriff „Kung Fu“, hart zu arbeiten, sorgfältig zu studieren und Geschicklichkeit zu üben. Dies konnte sich auch auf solche Künste wie Malerei, Poesie oder auch Kochen beziehen.

Solange der Lernende auf das Ziel der Vortrefflichkeit und der Perfektion in seiner Kunst hinarbeitete, sagte man, er sei erfüllt vom „Kung Fu“. Später änderte sich die Bedeutung und bezog sich insbesondere auf die vielen chinesischen Kriegskünste. Noch heute hat der Begriff etwas von der ursprünglichen Bedeutung beibehalten, denn es erfordert harte Arbeit, fleißiges Studium und ständiges Praktizieren, um die Kunst des Kung Fu zu erlangen. Kung Fu dient nicht nur der Selbstverteidigung, sondern vor allem auch der Förderung der Gesundheit und der Erziehung von Körper und Geist.



Unter erfahrener pädagogischer Leitung betreiben die Kinder (3-13 Jahre) Konditionstraining, Dehnungsübungen und erlernen Grundtechniken des Kung Fu. Mittels spielerischer Trainingsmethoden, getrennt von jeglichen Gewalt- und Kampfsituationen, sollen die Kinder innerhalb der Gruppe einen Gemeinschaftssinn entwickeln und lernen, ihre Körperbewegungen zu koordinieren. Dabei wird schärfstes Augenmerk auf die Wachstumsphasen mit ihren Schwierigkeiten im physiologischen Bereich gelegt. Das Kinder- Kampftraining ist eine sehr gute Möglichkeit, die natürlichen Aggressionen und Bewegungstrieb in diesem Alter in akzeptable Bahnen zu lenken. Auch wird die Kameradschaft und die Fairness positiv beeinflusst, was sich in schulischen Verhaltensweisen der Kinder widerspiegelt.

...die Kung Fu Kids aus der Kung Fu Academy Lübeck...

