

## **Beitrag für den HALLO-Verlag, Redaktion Berg am Laim, Truderin u Feldkirchen**

### **Erfolgreiche Prüfungen bei den Kinderung, Jugendlichen und Erwachsenen des Okinawa Karate Dojos München e.V.**

**Besonders die Späteinsteiger der neuen Gruppe „Karate für MICH!“ zeigten sich hoch motiviert bei dem** in Feldkirchen bei München stattfindenden Seniorenlehrgang der Shorin-Ryu Seibukan Stilrichtung im Deutschen Karateverband. Der Kurs umfasste alle prüfungsrelevanten Praxisbereiche, welche vom Seniorenbeauftragten der Stilrichtung Richard Zacherl anschaulich erklärt wurden. Thema war hier vor allem das praxisgerechte Karatetraining für ältere Karatekas.

Im Anschluss an den zweieinhalbstündigen Kurs bestand die Möglichkeit an einer Prüfung für höhere Gurtgraduierungen teilzunehmen, der sich drei Münchner Karatekas letztlich erfolgreich unterzogen.

Das Konzept dieser Lehrgänge ist abgestellt auf Karatekas mit besonderen Leistungsanforderungen. So richten sich diese Lehrgänge zum Beispiel an Karate - Späteinsteiger, ältere Wiedereinsteiger nach langer Trainingspause, aber auch an Interessierte die aus den verschiedensten Gründen nicht oder nicht mehr über ihr volles Leistungsvermögen verfügen.

Das Okinawa Karte-Dojo München e.V. bietet hier wieder einen besonderen Anfängerkurs jeden Montag um 20 Uhr in der der Grundschulturnhalle in Berg am Laim an. Interessentinnen und Interessenten sind herzlich eingeladen Karate von seiner inspirierenden und gesundheitsfördernden Seite kennen zu lernen. Durchgeführt wird der Kurs von dem nach dem DOSB in Budomotion zertifiziertem Fachübungsleiter Richard Zacherl.

Aber auch in anderen Kursen wurde fleißig trainiert und so konnten noch 36 weitere Karatekas aller Altersklassen ihre Prüfungen erfolgreich meistern.

„Erfolgreiche Gruppe „Karate für MICH!“ Seniorenlehrgang der Stilrichtung Shorin Ryu Seibukan im DKV.



„Große Prüfung in Trudering“ Ende Januar



