## Karate



as Wort "Karate" entstammt dem Japanischen und bedeutet "leere Hand", also "Kampf ohne Waffen" und fordert das Fehlen jeglicher bösen Absicht. Füße, Hände, Fingerspitzen, Knie und Ellbogen dienen als natürliche Instrumente für Angriff und Verteidigung. Karate ist eine der beliebtesten und kultiviertesten Kampfsportarten und zeichnet sich durch eine stilisierte, kontrollierte Ausübung seiner Techniken sowie durch körperliche Beweglichkeit und Stärke aus.

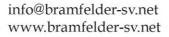
"Karate ist eine hervorragende Form der Selbstverteidigung und vereint Körper, Geist und Seele."

Es stärkt Selbstbewusstsein, Konzentration und Wachsamkeit. Die Ausbildung verläuft sehr diszipliniert und fördert Charakter-eigenschaften wie Bescheidenheit, Aufrichtigkeit und gegenseitigen Respekt.

<u>Spartenleiter:</u> Antonio Navatta Tel. 0179 – 32 15 115

Stand: 09. August 2021

Tel: 641 41 44 Fax: 642 40 47







# Karate



### **Trainingszeiten**

M	0	n	ta	g
---	---	---	----	---

17:30 – 19:00 Anfänger (mit & ohne Eltern) (Unterstufe) Hohnerkamp 58 Antonio N. / Dennis G. 19:00 – 20:30 Fortgeschrittene (J / E) (Kumite) Hohnerkamp 58 Collin S.

#### **Dienstag**

18:00 – 19:30 Schüler / Jugend (Mittelstufe) Hohnerkamp 58 Christoph W.

#### **Mittwoch**

#### **Donnerstag**

18:00 – 19:30 Schüler / Jugend (Mittelstufe) Hohnerkamp 58 κυπο

#### **Freitag**

 $17:30-19:00 \hspace{1cm} \text{Anfänger (mit \& ohne Eltern) (Unterstufe) Hohnerkamp 58} \hspace{1cm} \text{Antonio N. / Dennis G.} \\ 19:00-20:30 \hspace{1cm} \text{Jugend / Erwachsene (Mittel- / Oberstufe)} \hspace{1cm} \text{Hohnerkamp 58} \hspace{1cm} \text{Antonio N.} \\ \text{Antonio N.$ 

Hohnerkamp 58: Anne-Frank-Schule, kleine Halle

Bramfelder Sportverein von 1945 e.V.

Ellernreihe 88 Tel: 6 22179 Hamburg Fax: 0

Tel: 641 41 44 Fax: 642 40 47 info@bramfelder-sv.net www.bramfelder-sv.net



