

Karate Giessen e.V.

Bei uns trainieren Menschen aller Altersstufen mit viel Freude und gegenseitigem Respekt.

Karate ist für uns mehr als nur Sport:

Karate ist einzigartig, genau wie die Menschen. Bei uns im Training kann sich jeder Einzelne individuelle Ziele setzen. Der eine möchte sich einfach „nur“ bewegen, die andere sucht auch die eigenen Grenzen möchte selbstbewusster auftreten, manche interessieren sich dazu für die geistige Dimension des **Karate-do**.

Für jedes dieser Ziele bietet unser Verein "Karate Giessen e.V." die passende Umgebung – durch differenziertes Training für die verschiedenen Gürtelgrade, vom Schwarzgurt bis zum Einsteiger.

Alle, die gemeinsam und respektvoll mit anderen Karate trainieren möchten, sind bei uns willkommen.

Trainiert wird **Karate** im sogenannten Dojo, das bedeutet „Ort des Weges“. Der Begriff steht bei uns für **Offenheit, Respekt und Toleranz**, die Leitbegriffe unseres Vereinslebens. Unser Dojo ist im Sport Point Gießen, der ideale Ort für unser Training und den Spaß danach.

Wir freuen uns auf euch!

Unsere Trainingszeiten

Montag

16:00 - 17:00 Uhr

Kinder Fortgeschrittene

Dienstag

20:15 - 21:30 Uhr

Einsteiger (Erwachsene)

20:15 - 21:30 Uhr

Grundstufe & Oberstufe

Mittwoch

20:00 - 21:30 Uhr

Trainer/Prüfungsvorbereitung

Freitag

15:30 - 16:30 Uhr

Einsteiger (Kinder)

16:30 - 17:30 Uhr

Kinder Fortgeschrittene

19:00 - 20:15 Uhr

Einsteiger (Erwachsene)

20:00 - 21:30 Uhr

Grundstufe & Oberstufe

Alle Trainingseinheiten finden im Sport Point, Siemensstraße 10, 35394 Gießen statt.

Kontakt und weitere Infos

E-Mail-Adresse

(auch für Voranmeldung zum Einsteigerkurs)

info@karate-giessen-ev.de

Unsere Homepage

www.karate-giessen-ev.de

Telefon

0177 54 36 807 (Christoph)

oder vor und nach dem Training im

Sport Point

Siemensstraße 10

35394 Gießen

V.i.S.d.P.: Vorstand "Karate Gießen e.V."



Wir sind Mitglied im:



Körperliche Fitness



Karate trainieren bedeutet:

- mehr Schnellkraft, Ausdauer, Gelenkigkeit und Reaktionsfähigkeit
- stärkere Muskulatur
- verbessertes Körpergefühl

Selbstverteidigung

Mit **Karate**techniken könnt ihr euch effektiv selbst verteidigen. Das bessere Körpergefühl führt zu einem sicheren und stärkeren Auftreten.



Unschlagbare Preise

- Trainingszeiten mehrmals die Woche für nur 15 Euro im Monat
- **Familienfreundlicher Beitrag** 32,-€ pro Familie im Monat
- Effizientes Training in angenehmer Atmosphäre von qualifizierten Karatelehrern

Training im Sport Point

Unsere Trainingsräume liegen im besten Fitness- und Sportstudio Gießens, dem Sport Point in der Siemensstraße 10. Hier macht das Training Spaß – und wir können auch die anderen Annehmlichkeiten nutzen: Sauna, Bar etc.



Innere Stärke

Karate fördert unter anderem Selbstvertrauen, Konzentration, Geduld und Selbstdisziplin. Das macht auch im Alltag gelassen und stark.



Nach dem Training

.... beginnt das Kennenlernen, und der Spaß geht weiter. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht in unserer netten Runde.



Training



Alle unsere Kurse werden von erfahrenen **Karate**lehrern geleitet, die gemeinsam im Trainerstab ein strukturiertes, aufbauendes und schlüssiges Trainingskonzept erarbeiten und ständig weiterentwickeln. Jeder kann **Karate** lernen! Wir bieten bei entsprechender Nachfrage Kurse für Neu- und Wiedereinsteiger an, spezielles Kindertraining (ab 7 Jahren, für Einsteiger und Fortgeschrittene) und natürlich unser Erwachsenentraining (nach Gürtelgraden differenziert) sowie freie Trainingszeiten.

