



Goju-Ryu Karate Dortmund e.V. Sportabzeichen „Kleiner Samurai“

Liebe Karatekinder,

habt ihr Lust auf ein Sportabzeichen?

Im Rahmen des Karatetrainings können alle aktiven Kinder (mit einem gültigen DKV-Ausweis) vom 6. bis 14. Lebensjahr über den DKV (Deutscher Karateverband e.V.) eine Auszeichnung für gute und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit durch verschiedene Tests erwerben. Der erste Erwerb ist die Stufe **KOSHO** (Samuraikind)

Es müssen sechs Übungen absolviert werden, deren Vorbereitung zum Teil während des normalen Trainings erfolgt. Hierzu gehören Sprint-, Bauch-, Rücken- und Liegestütz-Übungen sowie Seilspringen und ein Ausdauerlauf. Die Wertung ist abhängig vom Geschlecht und vom Alter.

Es besteht ab Oktober 2016 (*ob auch in den Herbstferien muss noch geklärt werden*) die Möglichkeit jeden Mittwoch in der Halle am Froschloch, Dortmund-Hombruch (neben dem Freibad Froschloch) in der Zeit von 18.00 bis 19.00 Uhr an den Vorbereitungen teilzunehmen. Die Prüfungszulassung erfolgt individuell, je nach Leistungsstand.

Hier findet dann auch die abschließende Prüfung statt, wobei für jede Übung nur ein Versuch gestattet ist. Deshalb vorher unbedingt üben!

Nach bestandener Prüfung erhält jeder Teilnehmer einen Aufnäher (der auf dem Karateanzug angebracht werden kann) ,eine Urkunde sowie eine Eintragung im DKV-Pass.

**Die Gebühr beträgt einmalig 7,00 € und ist am Prüfungstag zu zahlen.
Die Kinder möchten sich bitte in die Listen der Trainer eintragen lassen.**

Viel Erfolg wünschen

die Trainer vom GKD Dortmund e.V.

Dortmund, den 09.09.2016

<http://www.goju-ryu-karate-dortmund.de>