



Sprechen Sie mit uns über Karate für Ihr Kind:

### Beratung

Rufen Sie uns an oder kommen Sie direkt in einen Verein

### Internet

Ausführliche Informationen erhalten Sie unter: <https://o-nami.de>

### Schnuppermonat

Vereinbaren Sie einem **kostenlosen Schnuppermonat** in unserem Verein

### Karateverein O-Nami e.V.

- ✓ Berlin-Charlottenburg
- ✓ Trebbin-Lüdersdorf

Kinder und Erwachsene  
<https://o-nami.de>



KARATE IN DEUTSCHLAND  
DEUTSCHER KARATE VERBAND

[www.karate.de](http://www.karate.de)

Am Wiesenbusch 15 · 45966 Gladbeck



gestaltung: www.farbschmiede.de



**Sport mit Spaßfaktor**



## Die Vorteile des Karate für Ihr Kind

*Heute gibt es eine Vielzahl von Freizeit- und Sportangeboten. Aber welches ist das richtige für mein Kind? Es soll Spaß machen und gemeinsames Erleben mit anderen Kindern bieten. Ich suche zudem etwas, das die Stärken meines Kindes fördert. Mein Kind soll sich auch außerhalb von zuhause optimal weiterentwickeln. Ich möchte aber auch eine sichere Umgebung und professionelle Betreuung. Ich möchte 100% sicher sein, dass mein Kind sich wohl fühlt und gut aufgehoben ist.*

Wenn Sie diese Wünsche für Ihr Kind haben, liegt die Lösung in einer Sportart, die all dies bietet: Entdecken Sie Karate für Ihr Kind!

### Spaß und Gemeinsamkeit erleben

- Ihr Kind lernt und trainiert gemeinsam mit anderen Kindern in gleicher Altersstufe
- Kleine Gruppengrößen sorgen für individuelle Förderung
- Spielerische Vermittlung der Selbstbehauptung

### Selbstvertrauen entwickeln und stärken

- Selbstverteidigungstechniken lernen mit Respekt, Fairness und Höflichkeit
- Stärkung des Selbstvertrauens durch bewährte pädagogische Lehrprinzipien
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit; Fitness und Gesundheit verbessern
- Entwicklungschancen zum Wettkampfsport

### Sichere Umgebung und professionelle Betreuung

- Training und Aufsicht durch lizenzierte Trainer/innen des Deutschen Karate Verbandes (DKV), der offizielle Fachverband für Karate
- Langjährige Erfahrung der Trainer/innen im Kindertraining
- Ständige Weiterentwicklung der Konzepte im Kinderkarate

Karate bietet einen bewährten Weg zur charakterlichen Weiterentwicklung. Aus diesem Grund ist Karate seit vielen Jahren Pflichtfach an japanischen Universitäten. Eine Vielzahl von Studien belegt zudem die positiven Auswirkungen des Karate für die Gesundheit (Kernergebnisse: Karatesportler/Innen zeigen deutlich erhöhte Muskelkraft, bessere Ausprägung des Gleichgewichtes, deutlich selteneres Auftreten von Fettleibigkeit, deutliche Verringerung der Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen. Quelle: PACE-Studie der Deutschen Sporthochschule Köln).

**Entscheiden Sie sich für eine Sportart, die Ihr Kind fördert und Spaß macht.**

