

Karate – Shima-Ha Shorin-Ryu

Übungsleiter: Nadine und Nils Michel

Spartenleiter: Werner von Holt – 04144-4238

Im Jahre 2021 hat in der Karatesparte ein Stil-Wechsel stattgefunden, da weder beim MTV noch bei dem Stader Dojo (Shoto-Kempo-Kai Karate Dojo Stade e.V.) ein Nachfolger für den bisher von Werner von Holt gelehrt Stil „Shoto-Kempo-Ryu“ gefunden werden konnte.

Das Ehepaar Nadine und Nils Michel lehrt ab dem 13.9.2021 den Karate-Stil „**Shima-Ha Shorin-Ryu**“ sowie den Kobudo-Stil „**Yamanni Chinen Ryu Bojutsu**“. Dieses Karate- und Kobudo-System ist auf die Schulung der Körperbewegung ausgerichtet - also wie bewege ich mich gut/richtig (gelenkschonend und Muskel- und Bänderfördernd). Natürlich auch für die Selbstverteidigung - kein Wettkampf! Der Bo (Langstock) dient auch zur Körperschulung - es wird damit nicht gegeneinander gekämpft.

Die Karatesparte* bietet regelmäßigen Unterricht für Kinder (ab 6 Jahre), Jugendliche und Erwachsene (keine Altersbegrenzung) an. Wer Interesse am Erlernen dieser traditionellen Kampfkunst hat, ist

herzlich eingeladen, am Unterricht teilzunehmen – Probeunterricht ist möglich.

Unterrichtszeiten:

Montags: 18:00 – 19:00 Uhr (Jugendliche/Erwachsene)

Samstags: 09:15 - 10:10 Uhr (Kindergruppe I - 6- 12 Jahre)

10:20 – 11:20 Uhr (Kindergruppe II – 6- 12 Jahre)

11:30 - 12:30 Uhr (Jugendliche/Erwachsene)

Ort: „Hans-Dubbels-Halle“

*Weitere Infos erteilt: Werner von Holt

Tel. 04144-4238

* siehe auch: www.mtv-himmelpforten.de/index.php/karate.html