

## **Kuma\* Karate Zürich**

für Kinder von 6 bis ca. 7 Jahren

### **Eine Investition, die etwas bewegt**

\*Kuma steht im Japanischen für den Bären, dessen ruhiges und gleichzeitig sicheres Auftreten die Kinder als Rollenbild auf ihrem eigenen Weg begleiten und stärken soll. Mit seiner unbändigen Kraft, seinem Mut, seiner Intuition und Eigenwilligkeit repräsentiert er unsere Kuma Kinder ideal. Altersgerecht entdecken wir nebst viel Spiel und Spass erste Karate-Elemente, gewinnen Mut und Kraft und bereiten Ihr Kind gleichzeitig optimal auf den späteren Karateunterricht vor.

Unsere speziell für junge Kinder geschulten Lehrpersonen unterrichten in Kleingruppen nach dem lösungsorientierten WOWW-Ansatz von Berg und Shilts. Kuma Karate fokussiert auf die individuellen Ressourcen und Fortschritte und ermöglicht Kindern mit den unterschiedlichsten Voraussetzungen positive Gruppenerlebnisse.

### **Kursdaten**

Ab März 2019 bieten wir jeweils **donnerstags von 16-17 Uhr** einen Kuma Karate Kurs im Multifunktionsraum der Sportanlage Sonnenberg in Zürich Hottingen an. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder beschränkt. Bitte kontaktieren Sie uns unter 056 222 73 37 oder [info@do-bewegt.ch](mailto:info@do-bewegt.ch) für eine Anmeldung.

### **Kosten**

10er Abo (11 Wochen Abolauzeit)	Fr. 310.--
20er Abo (22 Wochen Abolauzeit)	Fr. 580.--
40er Abo (44 Wochen Abolauzeit)	Fr. 1080.--

### **Unterricht**

Kuma Karate wird in normaler Sportbekleidung und barfuss trainiert. Ab ca. 7 Jahren und etwa einem Jahr Unterricht können Kinder mit ausreichenden motorischen Fähigkeiten in die normalen Kinder-Karateklassen übertreten. Während den örtlichen Schulferien findet kein Unterricht statt, die Abolauzeit wird entsprechend angepasst. Es gilt die Schulordnung Karate Zürich.

### **Motivation**

Wahrnehmung und Bewegung sehen wir als Grundlage der Handlungsfähigkeit des Menschen. Sie sind Basis zur Bildung einer Identität und eines positiven Selbstkonzeptes. Mit unserem Kuma Karateunterricht bieten wir Kindern ein vielfältiges Übungsfeld für die Entwicklung dieser Kompetenzen. Geschaffen wird eine klassische Win-Win-Situation: Ihr Kind wird in seinen individuellen Ressourcen gestärkt und wir erhalten optimal vorbereitete Karateschüler.

### **Kontakt und Anmeldung**

Homepage: <https://www.do-bewegt.ch/de/kurse/karate/zürich>  
Telefon: 056 222 73 37  
Mail: [info@do-bewegt.ch](mailto:info@do-bewegt.ch)

**Wir freuen uns über Ihre Anmeldung!**