

Infos zum Anfängerkurs



Willkommen zum Karate-Anfängerlehrgang!

Zeiten und Trainingsort

Das Training findet an zwei Tagen in der Woche statt und dauert jeweils 60 bzw. 90 Minuten:

Mittwochs: 19:30 – 21:00 Uhr

Freitags: 18:00 – 19:30 Uhr

Eine regelmäßige Teilnahme an beiden Terminen ist zur Vorbereitung auf die Prüfung am Lehrgangsende zu empfehlen. Ausnahmen sind jedoch in Abstimmung mit den Trainern möglich. Das Training findet im modernen und vereinseigenen Trainingszentrum an der Manfred-von-Richthofen-Straße 46a statt.

Dauer und Kosten des Lehrgangs

Der Anfängerlehrgang dauert drei Monate. Nach Anmeldung sind Sie während dieser Zeit Mitglied unseres Vereins und damit während des Trainings unfallversichert. Die Mitgliedschaft kann während der Kursdauer jederzeit zum Monatsende gekündigt werden.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt monatlich 27 Euro für Erwachsene und 22 Euro für Jugendliche, Schüler und Studenten (unter 27 Jahre). Wir geben Ihnen die Möglichkeit, zunächst zwei bis drei Mal kostenfrei am Training teilzunehmen. Eine Anmeldung zum Kurs ist erst ab der zweiten Woche nach Lehrgangsbeginn erforderlich.

Die Ausrüstung

Zu den Trainingseinheiten sollten Sie folgendes mitbringen:

- Normale Sportbekleidung (ein Karateanzug ist nicht notwendig)
- Duschzeug und Handtuch
- Evtl. ein Saunatuch für den Besuch in der Sauna nach dem Training

Schmuck wie Ohrringe, Uhren, Piercings etc. werden grundsätzlich vor jeder Trainingseinheit aufgrund der mit ihnen verbundenen Verletzungsgefahr abgelegt.

Der Verein kann für während der Trainingseinheiten entwendete oder beschädigte Gegenstände keine Haftung übernehmen. Daher bitten wir Sie, Ihre Wertsachen in den dafür vorgesehenen Wertsachenfächern in der Halle zu deponieren.

Im Anschluss an die Trainingseinheiten können Sie bei uns im Dojo kostenlos die Sauna nutzen. Ebenso bietet unser Trainingszentrum die Möglichkeit zum gemütlichen Beisammensein nach dem Training und zum Informationsaustausch mit den Trainern. Getränke können selbst mitgebracht werden, stehen aber auch kostengünstig und gekühlt bereit.

Und nach dem Lehrgang?

Zum Lehrgangsabschluss besteht, nach regelmäßiger Teilnahme, für Sie die Möglichkeit, an einer Gürtelprüfung zum 9. Kyu (Weißgurt) nach der offiziellen Prüfungsordnung des Deutschen JKA-Karate Bundes (DJKB) teilzunehmen. Diese Prüfung wird bei uns im Dojo von einem unserer lizenzierten Prüfer des DJKB abgenommen. Die Prüfung ist nicht Bestandteil des Anfängerlehrgangs, d. h. die Prüfungsgebühr von aktuell 10 Euro ist hierfür gesondert zu entrichten.

Jedes Mitglied erhält im Anschluss an die bestandene Prüfung eine offizielle Prüfungsurkunde sowie einen vom DJKB ausgestellten und international gültigen Karate-Ausweis (Kosten 10 Euro), in welchem die Vereinsmitgliedschaft sowie alle im Nachgang abgelegten Prüfungen und besuchten Lehrgänge eingetragen werden.

Sofern Sie nach dem Anfängerlehrgang weiter bei uns Karate trainieren möchten, gilt ab dann für Ihre Mitgliedschaft eine Kündigungsfrist von einem Monat zum Quartalsende.

Training im Verein

Im Anschluss an den Anfängerlehrgang können Sie am regelmäßigen Training für Vereinsmitglieder teilnehmen. Alleine für Karate bieten wir hier jede Woche rund 20 Trainingseinheiten an. Die unterschiedlichen Trainingsgruppen orientieren sich am jeweiligen Kenntnisstand der Trainierenden, am Alter (z.B. Kinder- und Jugendtraining) sowie an unterschiedlichen inhaltlichen Schwerpunkten (z.B. Kata, Kumite, Wettkampfvorbereitung etc.). Darüber hinaus können Sie ohne weitere Zusatzkosten an unserem laufenden Kursprogramm aus Yoga, Pilates, TaijiQuan, QiGong oder Kick'n Shape teilnehmen, das auch für Nichtmitglieder geöffnet ist. Training findet bei uns durchgehend statt, auch während der Ferienzeiten. Lediglich an gesetzlichen Feiertagen bleibt das Dojo geschlossen. Zusätzliche Lehrgänge ergänzen den regulären Trainingsplan.

Brauche ich so einen Karateanzug (Gi)?

Während des Anfängerlehrgangs ist normale Sportbekleidung in jedem Fall ausreichend. Im anschließenden Training – und nach Möglichkeit auch schon für Ihre erste Prüfung – sollten Sie jedoch einen weißen Gi tragen. Hierzu bietet der Verein regelmäßig die Möglichkeit, qualitativ gute Karateanzüge von namhaften Herstellern im Rahmen von Sammelbestellungen günstig zu erwerben. Sprechen Sie uns einfach an.

Sie haben Fragen? Wir nehmen uns gerne Zeit und beantworten sie Ihnen

Unsere Trainer stehen Ihnen als direkte Ansprechpartner vor Ort jederzeit zur Verfügung. Besuchen Sie uns, rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine eMail. Sie erreichen uns telefonisch unter 0251 6868580. Aus organisatorischen Gründen ist dies zwar ein AB, aber wir rufen Sie umgehend zurück. Unsere eMail: info@karate-muenster.de.