



## **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>