



Tag der offenen Tür

der Kampfsportabteilung des SCVN

Grundschule Curslack – Sporthalle (Eingang auf der Rückseite),
Gramkowweg 5, 21039 Hamburg



29.09.2024
14-18 Uhr

Karate

- Minis 3-5 Jahre
- Kids 6-10 Jahre
- Wettkämpfer
- Jugend/Erwachsene

Kickboxen

- Jugend / Erwachsene

Ju-Jutsu

- Kids
- Erwachsene

Schnupperstunde:

Wer direkt mitkämpfen möchte,
bringt seine Sportsachen mit.

Dojo-Renovierung

Der Erlös von Kaffee und Kuchen wird für
unsere Dojo-Renovierung gesammelt.

Kommt alle vorbei.

Wir freuen uns auf Euch!

Was ist Ju-Jutsu?

Ju-Jutsu ist ein modernes Kampfsport- und Selbstverteidigungssystem. Anders als viele andere Kampfkünste ist das moderne Ju Jutsu ein sehr offenes System, das alle Technikgruppen und Distanzen vereint. Damit ist man als Sportler auf viele Selbstverteidigungssituationen gut vorbereitet, seien es Schläge, Tritte, Würgen oder Angriffe am Boden.

Was ist Karate?

Karate (japanisch für „Weg der leeren Hand“) ist ein Kampfsport, dessen Ursprünge bis etwa zum 6. Jahrhundert n. Chr. zurückreichen. Dabei verfolgt Karate neben der körperlichen Ertüchtigung vor allem das Ziel der geistigen Entwicklung: Selbstfindung, Respekt und Toleranz. Dem ethischen Anspruch nach soll der Karateka sein Inneres von negativen Gefühlen und Gedanken befreien, um bei allen Aufgaben angemessen handeln zu können.

Für wen ist das Kickboxangebot geeignet?

Unser Angebot richtet sich an alle gesundheitsbewussten Sportler, unabhängig von ihrem Fitnesslevel oder ihren Vorkenntnissen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder findet hier eine passende Herausforderung und profitiert von der Vielfalt des Trainings.