



## Kinder Kampfkunst (Budo)

Der Sprung ins Erwachsenen Leben.  
Für Ihre Tochter und für Ihren Sohn.

### **Mut und Disziplin**

durch die Kunst des Kämpfens

Inmitten von Wertewandel und  
allgemeiner Unsicherheit ist Ihr  
Kind dankbar für **Selbstvertrauen**.

### **KAMPFKUNST ENTFALDET VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN**

Im Einklang mit Körper und Geist.

### **Das Angebot besteht für Kinder ab 7 Jahren.**

Kampfkunst weckt Ihre Tatkraft und Ihren  
Kampfgeist. So lösen Sie sich von Stress und  
der alltäglichen Gewalt.

Durch Kampfkunst würdigen die Kinder den  
Zorn Ihres Herzens und erschaffen echten  
SanftMut.

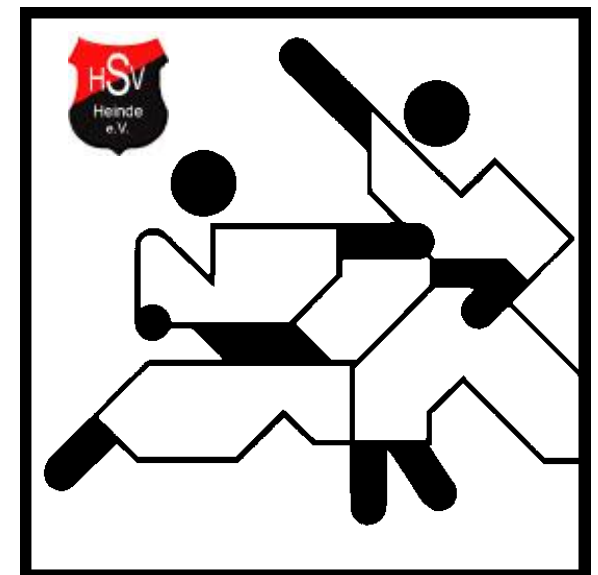
Kampfkunst eröffnet einen kraftvollen WEG  
in die Tiefe Ihres Wesens.

Kontakt:  
[kampfkunst.heinder-sv@web.de](mailto:kampfkunst.heinder-sv@web.de)

# KAMPFKUNST UND MEDITATION

für  
Kinder  
im

Heinder Sportverein e.v.



Kampfkunst mit Geist

Kinder wollen spielen, schreien, toben, raufen, kämpfen und stark sein. Als Eltern sind wir daran interessiert, dass unsere Mädchen und Jungen selbstbewusst und sprühend vor Gesundheit sind. Gleichzeitig wünschen wir uns eine Verbesserung ihrer Konzentrationskraft und Fähigkeit, eine Sache mit Disziplin und Ausdauer zu bewältigen. Sie sollen das richtige Wechselspiel von freiem spontanem Handeln verstehen. Unser Kind soll lernen sich frühzeitig durchzusetzen, ohne dabei stur und egoistisch zu werden.

Wucht und Präzision der **KARATE TECHNIK** ist legendär. Im Ernstfall explodiert sie punktgenau und lähmend in die Schwachstelle des Angreifers. So stoppt Kampfkunst Gewalt!

**Aikido** lehrt die Kunst, einem Angreifer standzuhalten, ohne ihn zu vernichten oder seine Selbstachtung anzugreifen. Ich trenne mich vom Konzept der Drohung und Einschüchterung.

Unser Konzept ist die Balance zwischen beiden Lehren.



Kampflehrmeister (2. DAN Karatedo) Frank Struckmeier führt Ihre Kinder mit Sachkenntnis und Herz auf den **WEG DER KAMPFKUNST** zur Energetisierung und Vertiefung Ihres Lebens.

Frank Struckmeier betreibt Karatedo seit über 25 Jahren. Er schlägt die Brücke von der chinesisch- japanischen Weisheitspraxis des ZEN zum Verhaltenstraining und Selbstmanagement.

## Zum Unterricht

Die Schulung erfolgt gründlich über alle Stufen bis zum schwarzen Meistergürtel. Der Unterricht erfolgt sorgsam und respektvoll. Die Kinder bestimmen selbst das Tempo Ihres Fortschritts.

**Zu Beginn sind keinerlei sportliche Voraussetzungen nötig.** Der Verzicht auf Brutalität ist selbstverständlich!

Die drei Pfeiler der **Kampfkunst:**

**Energietanz** (Kata)

**Ritualkampf** (Kumite)

**Meditation** (Zazen)

Kontakt:  
kampfkunst.heinder-sv@web.de

Info:  
<http://www.heinder-sv.de/>