Lehrgang mit Landestrainern

90 Karatekas machen in Seeheim mit

Zahlreiche Erwachsene, Kinder und Jugendliche haben am 18. September an einem von der Karate-Abteilung des TV Seeheim ausgerichteten Karate-Lehrgang teilgenommen. *Foto: Verein*

Seeheim (red). Am Sonntag, 18. September, hat die Karateabteilung des TV Seeheim einen Lehrgang mit den hessischen LandestrainerInnen im Bereich Kata – Christine Bernstein und Thorsten Steiner – ausgerichtet. 43 Kinder, Jugendliche und Erwachsene der Karateabteilung haben gemeinsam mit anderen Karatekas aus Hessen, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz die Gelegenheit genutzt, dabei Neues gelernt und Erfahrungen gesammelt.

Die insgesamt 90 TeilnehmerInnen wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. Zum einen die Unterstufe bestehend aus dem neunten bis zum sechsten Kyu (weiße, gelbe, orangene und grüne Gurte – AnfängerInnen und Fortgeschrittene), zum anderen die Oberstufe vom fünften Kyu bis Dan (blaue, braune und schwarze Gurte – Fortgeschrittene und MeisterInnen). Beide Gruppen haben abwechselnd in zwei Einheiten bei beiden TrainerInnen trainieren können.

Beide Lehrgangsleiter – Christine Bernstein (vierter Dan), eine der Weltmeisterinnen in der Disziplin Kata-Team von 2014 und Assistenztrainerin im Kader des Deutschen Karate Verbands und Thorsten Steiner (fünfter Dan), Landestrainer für Kata in Hessen seit 2013, sind im deutschen Karate bekannte SportlerInnen, die am Sonntag in der Halle an der Düne in Seeheim-Jugenheim ihr Wissen an die Karatekas weitergegeben haben. Auf dem Programm war neben der Grundschule (Kihon) auch die Kata „Heian Nidan" für die Unterstufe, sowie die Katas „Gojushiho dai" und „Unsu" für die Oberstufe.

Alle, die Karate ausprobieren möchten, sind zum Schnuppertraining bei den Seeheimer Karatekas immer montags, mittwochs und freitags von 17 bis 18 Uhr eingeladen.

Weitere Infos: karate-seeheim.de; tvseeheim.de