

## Elternbrief

### Kindertraining vom Dojo Chikara Club Erfurt in der Aussenstelle Gamstädt

Seit über einem Jahr geht mein Sohn jetzt zum Kinder Karate Training in Gamstädt und ich muss sagen, dass ich keine bessere Wahl treffen konnte. Bei dem Training werden Koordination, Kondition, Selbstbewusstsein und Konzentration geübt und gestärkt. Die Kinder lernen dort, sich auch ohne Gewalt zu verteidigen wie zum Beispiel mit den Ausdrücken "Stopp ich will nicht streiten!", was sie dann im Kindergarten bzw. Schule anwenden können. Meinem Sohn macht das Training sehr viel Spaß, er hat hier sehr viel Selbstbewusstsein bekommen und seine Konzentration und Ausdauer haben sich sehr gesteigert! Sogar seiner Kinderärztin ist das aufgefallen, da er schon mehr sportliche Leistung gebracht hat als andere Kinder in seinem Alter, wie zum Beispiel einen Hampelmann machen, Seil springen oder auch das Gleichgewicht auf einem Bein zu halten. Diese Dinge werden in dem Training geübt und gefestigt. Das Training kann ich wirklich allen Eltern empfehlen, die für Ihre Kinder eine sportliche Aktivität suchen!! Wer möchte kann auch gerne mal auf die Vereinsseite [www.chikara-club-erfurt.de](http://www.chikara-club-erfurt.de) schauen.

Dorothee Reif

