

Selbstbewusst helfen

07.11.2011 - LAMPERTHEIM

SCHULE Basiskurs Selbstverteidigung

(red). Die Schillerschule und die Pestalozzischule führen in Zusammenarbeit mit der Wing-Tsun-Schule Lampertheim einen Basiskurs in Wing Tsun Kung Fu (WT) durch. Unter der Leitung von Michael Keller lernen die Grundschüler den selbstbewussten Einsatz der Stimme, eine selbstsichere Körperhaltung, angemessene Kommunikation sowie einfache und schnell erlernbare Selbstverteidigungstechniken. Hierdurch erlangen die Kinder eine Sicherheit, die sie weder zu Tätern noch zu Opfern werden lässt und sie befähigt, auch anderen selbstbewusst zu helfen. Dies dient dem Selbstvertrauen, verbessert die Konzentration, steigert die Bewegungskoordination und fördert die Persönlichkeit. Wing Tsun ist eine südchinesische Kampfkunst. Sie baut nicht auf Kraft und Akrobatik auf, sondern auf natürlichen Bewegungen, Reaktionen und Reflexen und macht sich die kürzesten und schnellsten Bewegungen zunutze. Aufgrund seiner leicht nachvollziehbaren Systematik ist Wing Tsun ideal auch für Kinder zu erlernen.

Michael Keller, selbst Lehrer an einer Lampertheimer Schule, verfügt über langjährige Kampfkunsterfahrung. Er berichtet, dass Kampfkünste helfen, Standpunkte fest zu vertreten, dennoch auf neue Sachverhalte gelassen und flexibel zu reagieren und Ziele gewaltfrei zu verwirklichen: „Gerade dies erscheint mir in der heutigen Zeit vor allem für Kinder und Jugendliche immer wichtiger zu werden.“ Am Ende des Kurses erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde. Und falls Interesse besteht, über den Basiskurs hinaus Wing Tsun zu erlernen, können die Kinder gerne am Training in der Wing-Tsun-Schule Lampertheim teilnehmen. Eine Voranmeldung ist erwünscht. Die ersten „Schnupperstunden“ sind kostenlos und sollen es dem Kind ermöglichen herauszufinden, ob es sich in der Gruppe wohlfühlt. Informationen gibt es unter www.wt-lampertheim.de oder unter Telefon 0 62 06 / 1 20 37 69.