

6. BIS 4. KUP

Grundlagen festigen

Mehr Sicherheit, Kontrolle und Verantwortung im Training

In dieser Ausbildungsstufe bauen die Black Belt Kids auf ihren bisherigen Kenntnissen auf. Bewegungsabläufe werden sauberer, Techniken kontrollierter und die Kinder lernen, konzentriert und verlässlich zu trainieren.

Technische Entwicklung

- Grundstellungen, Abwehr- und Angriffstechniken sicher verbinden
- Tritttechniken kontrolliert und mit guter Körperhaltung ausführen
- Formen und festgelegte Bewegungsabläufe konzentriert üben
- Partnerübungen aufmerksam, fair und verantwortungsvoll durchführen

Selbstverteidigung und Reaktion

Die Kinder trainieren angemessene Reaktionen auf typische Situationen. Dabei stehen Aufmerksamkeit, Abstand, klare Grenzen und kontrolliertes Handeln im Mittelpunkt.

Persönliche Ziele

- Regelmäßig und konzentriert am Training teilnehmen
- Korrekturen annehmen und selbstständig umsetzen
- Respekt und Hilfsbereitschaft in der Gruppe zeigen
- Sich Schritt für Schritt auf die nächste Gürtelprüfung vorbereiten

Jetzt zählt Beständigkeit: Gute Grundlagen machen die nächsten Schritte möglich.