

## Neue Kindertrainer im Dojo



Es ist kein Geheimnis, dass Leo und Diana beim Kindertraining seit einiger Zeit Unterstützung haben. Anja Hahn, Sophie Ackermann, Angelina Roth und Jan-Hendrik Brusius haben in den letzten Wochen und Monaten ja schon öfter im Training mitgemacht und ausgeholfen. Auch für das Sommerferienprogramm haben sie sich zur Verfügung gestellt. Dafür ein großes Dankeschön. Die vier haben im letzten Jahr ein Training für Kindertrainer bei uns absolviert. Dieses beinhaltet einen theoretischen Teil, was beim Kindertraining zu beachten ist, wie ein Training aufgebaut und durchgeführt wird. In einem praktischen Teil ging es darum, beim Training (in dem Fall im Sommerferienprogramm im letzten Jahr) als Trainer mitzuwirken und auch ein eigenes Training zu gestalten und zu leiten. Zuerst mussten sie ein Ziel für ihr Training festlegen und sich überlegen, welche Übungen und welcher Trainingsaufbau dafür geeignet wäre. Wichtig ist beim Kindertraining immer auf die kürzere Aufmerksamkeitsspanne als bei Erwachsenen zu achten, um die Kinder sinnvoll und mit Spaß zu beschäftigen. Nicht immer einfach, aber alle vier haben sich darüber Gedanken gemacht und ein Training aufgebaut. Mit ein paar Tipps von uns erfahrenen Trainern konnten sie ihre Planung noch einmal verfeinern und umsetzen. Alle vier haben ihre Sache gut gemacht, und so war es mir eine Freude, ihnen ein kleines Buchgeschenk zum Thema Kindertraining in der Kampfkunst zu machen. Wir würden uns

freuen, wenn sie das neue Wissen in Zukunft vermehrt in das  
Kindertraining einfließen lassen.

Carsten

30.07.2023