



## Sommerferienkurs

### „Körper und Geist“

Liebe Kinder,  
liebe Eltern,

wir freuen uns sehr, für interessierte Schülerinnen und Schüler, den Sommerferienkurs „Körper und Geist“, anbieten zu können.

Was erwartet die Kinder:

- Spiel, Spaß und Bewegung in der Halle und im Freien
- Erlernen von einfachen Bewegungsabläufen aus verschiedenen Asiatischen Kampfkünsten im Rahmen einer Phantasiereise, dabei trainieren von Koordination, Kraft und Ausdauer
- Kindgerechte Erklärung des menschlichen Körpers aus der uralten asiatischen Sicht
- Erlernen einzelner japanischer Begriffe und Schriftzeichen
- Stärkung des Selbstbewusstseins, Selbstwertgefühl,
- Üben von Verhaltensweisen und Abwehrreaktion, bei/mit Fremden, Einzeln und im Team (Bsp.: das Kind ist/die Kinder sind ohne Eltern unterwegs; Schulweg)



Der Kurs findet in der 5. Ferienwoche von 09-12 Uhr statt.