

# I. Wushu-Kids

**Kung Fu im Drachenstil** beim TK Grevenbroich 1885 e.V.



Die Gründung der Wushu-Kids erfolgte im **August 2005**.

# 2. Wushu-Kids

Betreut werden die über **40 Kinder** im Alter zwischen 6 und 12 Jahren von Gero Catania, dem Trainer der Wushu-Abteilung des TK und drei weiteren Gruppenhelfern. Lisa Bolga, Florian Bolga und Fabian Moll nehmen diese Aufgabe mit viel Energie wahr.



# 3. Wushu-Kids

Derzeit trainieren zwei Gruppen der Kids in Grevenbroich. Einmal die „Großen Drachen“ (Donnerstags 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr) am Schloss.



Hier sind die älteren Kinder bzw. die Fortgeschrittenen anzutreffen.

# 4. Wushu-Kids

Und die „**Kleinen Drachen**“ trainieren Freitags (17.30 Uhr bis 19.00 Uhr) in der Einfachhalle des BBZ (Berufsbildungszentrums) Grevenbroich.



Anfänger / Neulinge werden in die Geheimnisse des Kung Fu eingeführt.

---

# 5. Wushu-Kids

Das **Kung Fu-Training** der Kinder lässt sich auf 3 Säulen stellen:

Die **erste Säule** heißt **Etikette**. Hierzu gehört neben dem korrekten Outfit (schwarzer Kampfanzug) auch das Angrüßen vor und das Abgrüßen nach dem Training und der Respekt vor den Trainern und Schülern.



# 6. Wushu-Kids



Ja, es gibt bei uns **Regeln**, die eingehalten werden müssen.

# 7. Wushu-Kids

Die **zweite Säule** des Trainings ist die **Kampfkunst** selbst: Wir trainieren verschiedene Elemente der chinesischen Kampfkunst, die beispielhaft in den nachfolgenden Bildern festgehalten sind.



Fallschule

# 8. Wushu-Kids



Freikampf mit Körperschutz

# 9. Wushu-Kids



## Selbstverteidigung

# 10. Wushu-Kids



Schattenformen im Drachenstil

# II. Wushu-Kids

Die **dritte Säule** des Trainings ist das **SPIELEN**: Nicht nur das Lernen des Wushu/ Kung Fu ist und wichtig, sondern auch das spielerische Element im Training. Ob nun „*Jägerball*“ oder „*Wer hat Angst vorm schwarzen Mann*“ gespielt wird ist egal, hauptsache die Gruppe findet zu den Trainern und zu sich selbst.



# 12. Wushu-Kids

Motivation + Ziel der Kinder ist die jährliche **Gürtelprüfung** beim TK, um den nächsthöheren Gürtel zu erlangen. Hier wird gezittert und gefiebert, doch 99 % der Kids hält am Ende den neuen Gürtel in der Hand.



# 13. Wushu-Kids

In unserer Wushu-Kids Gruppe gibt es Kinder aus **verschiedenen Kulturen** (Italien, Deutschland, Türkei, Russland etc.) mit verschiedenen Charakteren. Dies Alles unter einen Abteilungshut zu bekommen, ist die Herausforderung, der wir uns gerne stellen.

Die Kinder sollen dabei sich selbst (**Körper und Geist**) besser wahrnehmen und gleichzeitig die Gruppe weiterentwickeln.

**Konzentration, Motorik, Ausdauer** sind dabei einige Schlagworte, die bei uns geübt werden.

# 14. Wushu-Kids

## **Hier ein paar Stimmen aus der Wushu Kids- Gruppe:**

*„Ich mache Wushu weil man in Bewegung bleibt!“ (Kira, 8 Jahre)*

*„Ich mache Wushu weil es mir Spaß macht und weil Sport gesund ist!  
Außerdem ist es eine gute Selbstverteidigung!“ (Saskia, 11 Jahre)*

*„Mir gefällt an Wushu, dass wir nicht nur trainieren, sondern zum  
Schluss auch Spielen. Die Trainer sind sehr nett!“ (Isabel, 7 Jahre)*

*„Ich gehe zum Wushu, weil alle aus meiner Klasse meinen, das Mädchen  
schwach sind. Ich denke das stimmt doch gar nicht.!“ (Nina, 9 Jahre)*

# 15. Wushu - Kids

Detailinfos zum Kung Fu/ Wushu in Grevenbroich finden Sie unter [www.wushukids.de](http://www.wushukids.de) oder [www.shaolim.de](http://www.shaolim.de) oder **0179/4770438**

