



## Karate-Sportabzeichen

Das Karate-Sportabzeichen des Deutschen Karate Verbands ist eine Auszeichnung für körperliche Leistungsfähigkeit. In sechs verschiedenen Tests wird

die Ausdauer von Bauch-, Bein- und Rückenmuskulatur überprüft. Wer alle Tests erfolgreich meistert bekommt eine Urkunde und einen Aufnäher für den Karateanzug.



Auch wir geben unseren Kindern die Möglichkeit das Sportabzeichen abzulegen. Dazu sind alle Kinder unserer Abteilung Karate von Jahrgang 2011- 2019 herzlich eingeladen.

Zur Vorbereitung gibt es Videos und Erklärungen über die Übungen auf unserer Homepage.



Die **Abnahme der Leistung** findet am

**Sonntag, den 04.05.2025 um 10.00 Uhr**

in der SGM-Halle bzw. auf der Laufbahn satt.

Mitzunehmen ist **ein normaler Trainingsanzug mit Hallenschuhe und Laufschuhe** für die Außenbahn sowie den **Karatepass und 6€ Prüfungsgebühr**.

Weitere Informationen gibt es bei euren Trainern.



## Karate-Sportabzeichen

Das Karate-Sportabzeichen des Deutschen Karate Verbands ist eine Auszeichnung für körperliche Leistungsfähigkeit. In sechs verschiedenen Tests wird

die Ausdauer von Bauch-, Bein- und Rückenmuskulatur überprüft. Wer alle Tests erfolgreich meistert bekommt eine Urkunde und einen Aufnäher für den Karateanzug.



Auch wir geben unseren Kindern die Möglichkeit das Sportabzeichen abzulegen. Dazu sind alle Kinder unserer Abteilung Karate von Jahrgang 2011- 2019 herzlich eingeladen.

Zur Vorbereitung gibt es Videos und Erklärungen über die Übungen auf unserer Homepage.



Die **Abnahme der Leistung** findet am

**Sonntag, den 04.05.2025 um 10.00 Uhr**

in der SGM-Halle bzw. auf der Laufbahn satt.

Mitzunehmen ist **ein normaler Trainingsanzug mit Hallenschuhe und Laufschuhe** für die Außenbahn sowie den **Karatepass und 6€ Prüfungsgebühr**.

Weitere Informationen gibt es bei euren Trainern.