

Endlich wieder Training. Ich freue mich schon total.

Ja, ich auch. Erinnerst du dich noch an das erste Training?

Hallo, guten Tag ...

Ja, ich hatte ganz schön Bammel, weil wir nicht wußten, was auf uns zukommt. Aber dann war es echt stark!



Begonnen haben wir mit dem Formtraining

Durch Tastübungen haben wir gelernt, der Kraft des anderen nachzugeben.

In den Rollenspielen lernten wir, Grenzen zu ziehen, zu bewachen und zu verteidigen.

Richtig Aktion gab es im Bewegungszirkel. Mann, haben wir geschwitzt.



Das Training am Schlagpolster war echt cool. Ich war stärker, als ich dachte.

In den Ringkampfspielen ging es auch um Fairness.

Die Entspannungs- und Atemübungen am Schluss haben mir richtig gut getan.



Vielen Dank, das Training war echt super!

Hier hab ich gelernt, nicht gegen die Kraft des anderen zu arbeiten.

Das Kids-WingTsun-Training bietet viel Abwechslung. Mir war es bisher nie Langweilig.

Wir werden dabei gefordert und gefördert. Aber es macht vor allem riesigen Spaß.



Als Zeichen, dass das Training anfängt oder endet, verbeugen wir uns vor unserem Lehrer.

