

Karateschule Kriens



Unser Weg

Kyokushin («ultimative Wahrheit»). Wir lehren und leben Kyokushin Karate, eine 1955 in Japan gegründete Stilrichtung des Karate. Sie umfasst Grundlagen verschiedener klassischer Karate-Stilrichtungen sowie der Zen-Meditation und gilt als Mutter der Vollkontakt Karatestile. Kyokushin

beinhaltet sowohl harte gerade als auch weiche, runde Elemente und hat ein tiefes philosophisches Fundament.

Unsere Schule

Die Karateschule Kriens wurde 1982 von Beat und Ruth Näpflin gegründet. In den vier Jahrzehnten ihres Bestehens hat die Schule über 30 Danträger*innen (Schwarzgurtträger*innen) und unzählige national und international erfolgreiche Schüler*innen hervorgebracht. Seit dem Rücktritt der Gründer Ende 2019 wird die Schule von langjährigen Schülern als Verein geführt. Als Mitglied der IFK Switzerland gehören wir dem IFK(International Federation of Karate)Weltverband an. Diese bieten verschiedene Wettkampfmöglichkeiten, aber auch zahlreiche Gelegenheiten, uns bei erfahrenen und hochrangigen Lehrer*innen weiterzubilden.

Aktivitäten

Unser Training ist vielseitig und abwechslungsreich, egal ob du als aktive* Sportler*in an Wettkämpfen teilnehmen oder einfach nur deinen Körper und Geist fit halten möchtest. Bei uns sind alle willkommen, vom Kind bis zum/zur Senior*in. Ein Training besteht aus klassischem Karatetraining mit Grundschule, Kata (Form), Kampftraining und Anwendung (Selbstverteidigung), aber auch die Fitness, Beweglichkeit und Körperbeherrschung sollen nicht zu kurz kommen. Wir begegnen uns mit Respekt und Höflichkeit, fordern uns aber auch und ermutigen uns, über unsere eigenen Grenzen hinauszuwachsen. Bei uns unterrichten erfahrene Lehrer*innen mit nationalen und internationalen Wettkampferfolgen und einem breiten und tiefen Wissen.



GEGRÜNDET

1982

PRÄSIDENT

Michel Estermann

MITGLIEDER

62

LOKAL

Rengglochstr. 30, 6012 Obernau

KONTAKT

Michel Estermann

041 511 47 12

info@karateschule-kriens.ch

www.karateschule-kriens.ch