

Chikara-Gym Bunde e.V.

Info-Flyer



Moin, Moin!

Du hast Interesse am Kickboxen? Weil du eine Sportart suchst, die ein ganzheitliches Training verspricht? Du möchtest „stärker, gesünder und ausgeglichener sein“ als bisher? Dann hast du mit uns eine gute Wahl getroffen! Wenn Du dann auch noch ein Teamplayer bist mit einer gesunden sozialen Einstellung, dann passt es!

Wer sind wir? - Ein paar Daten am Anfang:

- Der „Chikara-Gym“ wurde 1993 gegründet in Bunde durch Menno und Heike Schmidt
- Wir bieten: Kickboxen im Semi- und Leichtkontakt,
- Grundlagen Muay Thai (MTBD) und Karate (Kyokushinkai),
- Selbstverteidigung und „Yoga-Stretching“,
- Und stets Umfangreiches Fitness- und Konditionstraining
- Gurtprüfungen und Teilnahme an Wettkämpfen sind möglich, aber keine Pflicht!

Unsere Philosophie – unser Konzept

„Chikara“, heißt „Stärke“ oder „Kraft“. Dies schließt Werte wie Disziplin, Respekt und Regelmäßigkeit mit ein. Wir leiten dich im Training an und lassen dir zugleich den Freiraum deinen eigenen Weg zu finden – sofern er natürlich immer konform mit unseren Vorstellungen vom Kampfsport ist. Du kannst jederzeit wählen und wechseln zwischen Breitensport zum ausschließlichen Wohle deiner Fitness oder du betreibst es als Leistungssport, um zusätzlich stark für höhere Gurtprüfungen oder gar Wettkämpfe zu werden.

Du bestimmst die Grenze – Healthy first!

Kämpfen lernen und dabei Aggressionen abbauen ist gut, aber nicht auf Kosten der eigenen Gesundheit oder gar der Gesundheit anderer! Bei uns wird niemand unter Druck gesetzt und wir folgen einem modernen Kurs. Wir wollen dich mental und

körperlich stark machen, damit du lange Spaß hast an dem was du machst und wie du es machst.

Mitgliedsvertrag und Kosten

Der Chikara-Gym finanziert sich und viele seiner Aktivitäten durch einen **sehr fairen** monatlichen Mitgliedsbeitrag. Nach einem Probetraining schließt man einen Mitglieds- und Ausbildungsvertrag ab, der eine maximale Kündigungsfrist von 4 Wochen hat.

Ausrüstung

Für ein Partnertraining ist die Ausstattung mit entsprechender Ausrüstung zwingend notwendig. Diese können teilweise am Anfang geliehen werden.

Kontakt:

Neu:>>>> Email: cgb-vorstand@ewe.net <<<<<<
Tel: M.Schmidt: 04953-923653/0152 567 588 76

Trainingszeiten:

Dienstags: 17.00 -18.30 Uhr Kinder/Jugend
Ort: Turnhalle am Möhlenland (Eingang links)

Donnerstags: 19.30 – 20.45 Uhr

Samstags: 16.30 – 18.00 Uhr (immer nach Absprache!)

Ort: Turnhalle am Friedensweg)