



Karate-Kämpfer kontrollieren sich im Spiegel

Keine Spiegelfechterei, sondern ein Beitrag zur Verbesserung des Trainings: Schon lange bestand bei den Karatekas des Herrschinger Budo-Vereins der Wunsch, mobile Spiegelwände zu beschaffen. Spiegelwände sind für viele Unterrichtseinheiten im Karatetraining ein wichtiges Hilfsmittel. Die Selbstkontrolle sowie Selbstkorrektur der eigenen Bewegungen vor einer Spiegelwand schulen das eigene Körpergefühl und fördern das nachhaltige Einstudieren von Techniken. Der Herrschinger Budo-Verein hat deshalb 2 große Spiegelwände für das Training angeschafft. Sowohl im regulären Training als auch beim Training der Kata-Wettkampfmannschaft sind die rollbaren Spiegelwände nun regelmäßig im Einsatz und steigern die Qualität des Trainings. Die Abteilung Karate des 1. Budo-Verein Herrsching e.V. bietet allen Interessierten von Montag bis Samstag ein vielfältiges Trainingsangebot an und sogar ein kostenloses Probetraining Absprache. Informationen über Karate und die Trainingsmöglichkeiten gibt's unter <http://www.budo-herrsching.de> oder karate@budo-herrsching.de.

Category

1. Gemeinde

Date

27/08/2026

Date Created

11/11/2023