

## **Reader „Go Sports“ Kinder WingTsun**

Dieses chinesische KungFu System ist vor mehr als 300 Jahren in China entwickelt worden.

Wing Tsun bedeutet übersetzt etwa „schöner Frühling“ und leitet sich der Legende nach vom Namen der ersten Schülerin ab. Diese junge Frau namens Yim WingTsun konnte sich mit Hilfe des Kung Fu Unterrichtes durch die Meisterin Ng Mui, gegen eine Gruppe von Rabauken wehren, die wiederholt am Tofustand ihres Vaters randalierten.

Dies ist die verkürzte Legende der Entstehung von WingTsun, die reale Historie stellte sich sicher etwas anders dar. Es ist aber ein guter Anknüpfungspunkt den Kindern deutlich zu machen, das man sich auch als vermeintlich Schwächerer durchaus durchsetzen kann.

Das Kinder Trainingskonzept der EWTO (Europäische Wing Tsun Organisation) ist von unterschiedlichen Fachleuten (Pädagogen, Trainern und Therapeuten) mitentwickelt worden. Um als Kindertrainer unterrichten zu dürfen müssen die TrainerInnen selbst mindestens den 6. Schülergrad haben und eine entsprechende Fortbildung mit Prüfung absolvieren.

In der WingTsun Schule Hannover –Linden unterteilen wir die Kinder nach Altersklassen, 5-7 Jahren und 8-12 Jahren. Des Weiteren gibt es noch zwei ebenfalls nach Alter geordnete Mädchengruppen. Diese Einordnung erscheint uns aufgrund der unterschiedlichen Entwicklungen und Bedürfnissen für sinnvoll. Die Gruppen werden immer zu zweit geleitet und es sollen nicht mehr als 14 Kinder in einer Gruppe sein. Das Training dauert eine Stunde.

Das WingTsun Training für die Kinder unterscheidet sich stark von dem für die Erwachsenen. So werden für die Kleinsten schon Anfangsdokumentationen angelegt in denen verschiedene Tests zur Motorik ( Rückwärtsgehen, Finger-Nase-Versuch, Eibeinstand etc.) oder auch eine Händigkeitstest durchgeführt werden. Nach einiger Zeit werden diese Tests wiederholt und die Veränderung dokumentiert.

Für die Kleinsten geht es primär auch nicht um Selbstverteidigung sondern ganz klar um Selbstbehauptung. Die Kinder sollen in die Lage versetzt werden, klar zu äußern was ihnen missfällt wenn sie geärgert werden und sie sollen lernen Grenzen zu setzen und auf Gefahren adäquat zu reagieren.

Je älter die Kinder sind, desto mehr Selbstverteidigungstechniken lernen sie. Die Unterrichtseinhalte der Kinder sind strukturiert und nach Schülergraden eingeteilt. So haben die Kinder zweimal jährlich die Möglichkeit eine Prüfung abzulegen.

Der Unterricht gliedert sich in:

- gemeinsame Begrüßung
- Aufwärmen und lockern
- Motorische Übungen
- SB oder SV Techniken (z.B. Rollenspiele)
- Kooperationsspiele
- Entspannung
- Vorlesegeschichte, Verabschiedung

