

## **Kampfsport-AG 2012**

In unserer Kampfsport-AG, die von Herrn Pape geleitet wird, lernen wir etwas über Selbstverteidigung und über die chinesische Kampfkunst Shaolin Kempo. Hierfür treffen wir uns einmal pro Woche entweder draußen oder im neuen Forum. Nach einem Aufwärmtraining geht es jede Stunde direkt los. Wir üben verschiedene Schläge und Tritte und dabei den zugehörigen kampfsporttypischen Ausruf (Kiai) sowie die Verteidigung bei verschiedenen Angriffsarten. Herr Pape ermutigt uns immer wieder aufs Neue, sodass wir uns von Stunde zu Stunde in den Einzel- und Partnerübungen steigern. Wir haben in der kurzen Zeit schon viel gelernt und danken Herrn Pape für seine unterhaltsame Gestaltung. Überhaupt kommt auch der Spaß nicht zu kurz und die AG bietet eine willkommene Abwechslung innerhalb des sonstigen Unterrichts. Wir würden uns über die Fortführung der Kampfsport-AG im nächsten Schuljahr sehr freuen.

Julia Hähndel und Svenja Alstede