



# "CRASHKURS" Karatelehrgang mit **Großmeister** **Jürgen Mayer 7.DAN** am 26.April in Frankfurt am Main (Hessen)

Jürgen Mayer 7. DAN  
Bundeslizenz (A-Trainer lizenziert am Institut für  
Sportwissenschaften der J.-W. Goethe Uni Frankfurt  
Erfolgreicher Landestrainer a.D.  
Spezialist für Karate und Waffentechniken  
DAN-Prüfer  
46 Jahre tägliches Training  
Gasttrainer in über 20 Ländern

## Ort Training:

Kindertagesstätte Maria- Hilf, 60326 Frankfurt am Main



**Veranstalter: Jugend braucht Arbeit e.V. + Karateschule Mayer**  
**Info und Anmeldung Tel.: Salvatore Plumari, päd. Mitarbeiter**  
**Mobil 0157 536 87 66 3**  
**E-Mail: [s.plumari@jugendbrauchtarbeit-ffm.de](mailto:s.plumari@jugendbrauchtarbeit-ffm.de)**



**weitere Info: YOUTUBE Kanal: KARATE TUBE GERMANY**

## Trainingszeiten und Inhalte:

**Samstag Ab 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr** Grundkonditionelle Fertigkeiten Koordination, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Kraft, sowie Karate Grundtechniken für die Selbstverteidigung (Faustschläge, Fußtritte, Spezialtechniken), Selbstverteidigung, Situationslösungen

***Pause von 11:30 – 12:30h***

**12:30 Uhr bis 14:00 Uhr 2.Teil .....**

Special-Training Karate Kata und Tessen (Tactical Pen) Techniken mit anschließender Überreichung der Teilnehmerurkunde, Autogrammstunde und abschließendem Gruppen- und Einzelphotos

Training für Interessierte, pädagogische Mitarbeiter von sozialen Einrichtungen, Ehrenamtliche, betreute Teilnehmer, Anfänger und parallel für Fortgeschrittene nach Anmeldung. **Teilnahme-Gebühr für betreute Jugendliche, Ehrenamtliche und Mitarbeiter der Gemeinde + Kita Maria- Hilf: 10€ für Externe: 20€**

**Haftungsausschluss des Ausrichters!**

Teilnahme-Anmeldung per Email oder Tel. bis zum 04. April 2025

Die Förderung von gesundheitlichen Aspekten wie Grundkondition, Mobilität, Ausdauer und deeskalierende Kompetenzen mit Selbstbehauptung und Situationslösungen in Gewaltsituationen sind heutzutage essenzieller denn je.

Deswegen bietet Jugend braucht Arbeit e.V. als gemeinnütziger, freier Träger der Jugendberufshilfe Angebote zur Jugendsozialarbeit an (Berufsfelderkundung, Bewerbungshilfe, Lernbegleitung) und ebenfalls Persönlichkeitsbildung und Kulturarbeit.

In Kooperation und auf Wunsch von Jugendlichen, Pädagogen, Ehrenamtlichen und Eltern bieten wir, Karate-Großmeister Jürgen Mayer (7. Dan Shotokan-Ryu Karate, 1. Dan Taekwondo) und Jugend braucht Arbeit e.V. ein tolles Erlebnis- ein „Crashkurs“ im Karate- niedrigschwellig, einfach zum Schnuppern und Herantasten an potenzielle, allgegenwärtige Situationen mit Rollenspielen. Dabei werden Grundtechniken der okinawischen Kampfkunst gezeigt (Schläge, Tritte, Spezialtechniken), in Kleingruppen spielerisch geübt und ebenfalls mit dem Formenlauf (ja. Kata) die Basis des Karate gelehrt. Zudem werden mit dem Tatical Pen und dem Hanbo (Kurzstock) exemplarische Selbstverteidigungsmöglichkeiten geübt in Partnerarbeit.

Dieses Seminar ist ein Zusammenkommen von verschiedenen Generationen, kultur- und sprachübergreifend und fördert das gesellschaftliche Miteinander.

Hinweis: Während des Seminars werden für die Öffentlichkeitsarbeit für den Verein Jugend braucht Arbeit e.V. und der Karateschule Mayer Aufnahmen gemacht. Auf Wunsch können wir Gesichter unkenntlich machen bzw. verpixeln. Hiermit erklären sich die teilnehmenden Personen einverstanden.

## **Einverständniserklärung des / der Erziehungsberechtigten**

Ich / wir sind damit einverstanden, dass mein Sohn / meine Tochter

---

an dem Crashkurs / Deeskalationstraining mit Karate am Samstag, den 26. April von 10- 14:00h über den Verein Jugend braucht Arbeit e.V. + Karateschule Mayer teilnimmt.

Erziehungsberechtigte (bitte klar in Großschrift)

Name \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_