

«bin ünsch uf Tafaas»



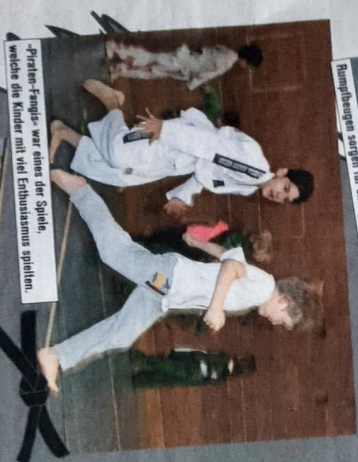
Kumpfungen sorgen für eine gute Bauchmuskulatur.



Mit viel Eifer werden Kiechbewegungen abgeübt.



Schleichen – eine Bewegung, die nicht unbedingt in der Natur von Kindern liegt, aber Spaß macht.



-Piraten-Fantasie war einer der Spiele, welche die Kinder mit viel Enthusiasmus spielten.



An der Sperrwand hängen: Krafttraining und gleichzeitig Entspannung für den Rücken.

**„LITTLE MINGAS“
LERNEN NICHT NUR KAMPFDEK-
NUNG.** Den Leuten spielen Spieler und Thomas Geister liegt viel daran, den Kindern nicht nur den Kampfsport, sondern auch die dahinter stehende Kultur näherzubringen – beispielsweise, indem die Kids auf Koreanisch zählen lernen. Dabei achten sie darauf, dass die Kinder nicht nur einem Bewegungsabläufe und Techniken packen, sondern auch das Training durch Spiele auf und neben dem Boden für viel Spaß. Etwas, woron Kinder und Erwachsene in der aktuellen Situation nicht genug bekommen können.

Pascal Spillinger (Text und Bilder)



Hauptlehrer Stefan Prister zeigte die Übungen vor.



Meinen Kick – gehen auch Schlafbewegungen zum Repertoire der „Little Mingas“.