



KAMPFSPORTSCHULE AARAU

Postfach 2464 - 5001 Aarau - Tel. 062 827 01 26 - contact@karateschule.ch
www.karateschule.ch

Kampfsportschule Aarau

Karate in Aarau: Deine Schule für Karate und Kampfsport

Whitepaper – Philosophie, Qualität und Verbandsanerkennung

Karate • Kobudo • Qi Gong • Tai Chi • Meditation

Kampfsportschule Aarau – Karate und Kampfsport in Aarau auf hohem Niveau

Die Kampfsportschule Aarau steht seit 1991 für Qualität, Tradition und moderne Trainingsmethoden im Bereich **Karate Aarau** und **Kampfsport Aarau**. Als eine der grössten Karate- und Kampfsportschulen der Schweiz wurde die Schule mehrfach mit dem Swiss Leading Karate Dojo Award ausgezeichnet und zählt zu den Pionieren im Kinder-Karate in der Schweiz.

Wer in Aarau erstklassiges Karate-Training oder vielseitigen Kampfsport sucht, findet hier ein strukturiertes, sicheres und freundliches Trainingsumfeld für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Karate in Aarau – Selbstverteidigung und Tradition trifft moderne Trainingsmethoden und Fitness

Karate ist weit mehr als Kampfsport und effektive Selbstverteidigung. Es ist ein Weg der persönlichen Entwicklung. In der Kampfsportschule Aarau wird **traditionelles Shotokan Karate** nach JKA mit zeitgemässen Trainingskonzepten kombiniert. Ziel ist nicht nur die Verbesserung von Technik, Selbstverteidigung und Fitness, sondern auch die Förderung von:

- Disziplin und Respekt
- Konzentration und mentaler Stärke
- Selbstvertrauen und Selbstsicherheit
- Körperhaltung und Koordination

Besonderen Wert legt die Schule auf qualitativ sehr gutes **Karate für Kinder in Aarau** mit **Kinder-Karate (6-12 Jahre)** und **Bonsai-Karate (4-5 Jahre)**. Durch pädagogisch geschulte

TrainerInnen werden Kinder spielerisch und einfühlsam an Bewegung, Werte und Selbstverteidigung herangeführt. Das Training stärkt Motorik, Sozialkompetenz und Durchhaltevermögen – wichtige Grundlagen für Schule und Alltag.

Kampfsport in Aarau – Ganzheitliches Trainingsangebot

Neben Karate bietet die Kampfsportschule Aarau ein vielseitiges Angebot im Bereich **Kampfsport sowie asiatischer Bewegungskünste und Gesundheitsdisziplinen:**

- **Kobudo** – traditioneller Kampfsport und Waffenkunst aus Okinawa (Japan)
- **Qi Gong** – Energiearbeit und Gesundheitsförderung (auch in Brugg)
- **Tai Chi** – fließende Bewegungen für Balance und Stabilität
- **Meditation** – Batterie aufladen und Stressabbau

Dieses breite Spektrum macht die Schule zu einer der führenden Adressen für **Karate und Kampfsport in Aarau, auch über die Kantonsgrenzen hinweg**. Ob effektive Selbstverteidigung, Martial Art, Fitness oder innere Balance – hier findet jede Altersgruppe das passende Angebot.

Official Member – Anerkannte Qualität

Die Kampfsportschule Aarau ist u.a. Mitglied von folgenden Verbänden:

- Swiss Karate Federation (SKF) – offizieller Karate-Dachverband der Schweiz
 - Swiss Karatedo Renmei (SKR) – eine der grössten Karate Stilorganisation in der Schweiz und Vertreter der Japan Karate Association (JKA) in der Schweiz
 - Über SKR: Japan Karate Association (JKA) - weltweit grösste und renommierteste Stil-Organisation (Shotokan)
 - Über SKF: World Karate Federation (WKF) - offizieller Karate-Weltverband
 - Über SKF: European Karate Federation (EKF) - offizieller europäischer Karateverband
-

Anerkannte Karate-Prüfungen – national und international gültig

Die Karate-Prüfungen von Mitgliedern der Kampfsportschule Aarau sind sowohl national von SKR/SKF wie auch international über die Dojos der JKA anerkannt. Damit sind Graduierungen nachhaltig gültig und weltweit nachvollziehbar.

Kinder absolvieren inhaltlich dieselben Gurtprüfungen wie Jugendliche und Erwachsene. Der Unterschied liegt ausschliesslich in der Struktur: Bei Kindern werden die Prüfungen in sogenannte Strichprüfungen unterteilt, damit sie altersgerecht und ohne Überforderung durchgeführt werden können.

Kinder-Karate in Aarau bedeutet in der Kampfsportschule Aarau echtes Karate als Kampfkunst, Kampfsport und Selbstverteidigung – pädagogisch angepasst, jedoch mit identischen Qualitätsstandards.

Warum Kampfsportschule Aarau?

1. Erfahrung seit 1991

35 Jahre Kompetenz im Bereich Karate und Kampfsport in Aarau.

2. Ausgezeichnete Qualität

Mehrfach prämiert mit dem Swiss Leading Karate Dojo Award, höchste Auszeichnung für Karateschulen in der Schweiz.

3. Einer der Pioniere im Kinder-Karate der Schweiz mit 30 Jahre Erfahrung

Frühe Spezialisierung auf altersgerechtes Training für Kinder.

4. Karate ist Selbstverteidigung

Ganzheitlicher Ansatz als effektive Selbstverteidigung, Martial Art und Fitness. Körper, Geist und Charakter werden gleichermassen gefördert.

5. Official Member

6. Anerkannte Prüfungen

7. Erweiterung des Karate-Angebots mit Kobudo, Qi Gong, Tai Chi und Meditation

TCM-Fachärztinnen aus Tibet und China mit langjähriger Berufserfahrung leiten unseren Qi Gong- und Tai-Chi Unterricht in Aarau. Qi Gong-Unterricht zusätzlich in Brugg.

8. Ethikkodex und Ehrenkodex des Karate

Integrierter Bestandteil in unserer Schulordnung

9. Erreichbarkeit

Alle unsere Standorte sind optimal erreichbar aus Aarau und Umgebung.

Für wen ist Karate und Kampfsport an der Kampfsportschule Aarau geeignet?

Kinder ab 4 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

Karate und Kampfsport an der Kampfsportschule Aarau in Aarau bieten nicht nur Selbstverteidigung und körperliche Fitness, sondern eine nachhaltige Entwicklung der Persönlichkeit.

Was ist der Unterschied zwischen Qi Gong und Tai Chi?

Qi Gong ist ein Teil der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und ist keine Kampfkunst. Qi Gong beinhaltet im Unterschied zu Tai Chi weniger Bewegungsarbeit und wird meist im Stehen auf Platz ausgeführt.

Tai Chi wurde ursprünglich als innere Kampfkunst entwickelt, die als Form ausgeführt wird. Die einzelnen Bewegungen einer Form werden in Bewegung ausgeführt. Tai Chi ist im Vergleich zu Qi Gong körperorientierter.

Fazit: Eine gute Adresse für Karate in Aarau und Kampfsport in Aarau

Die Kampfsportschule Aarau verbindet Tradition, Qualität und Innovation. Mit einem breiten Trainingsangebot, jahrzehntelanger Erfahrung und ausgezeichnetem Ruf gehört sie zu den führenden Anbietern für **Karate in Aarau** und **Kampfsport in Aarau**.

Wer ein massgeschneidertes Training für jedes Alter in **separaten, alters- und stufengerechten Gruppen** und eine professionelle, werteorientierte und zukunftsgerichtete Kampfsportschule sucht, findet hier optimale Trainingsbedingungen – vom Einsteiger bis zum Fortgeschrittenen.

Kampfsportschule Aarau – Deine Schule für Karate und Kampfsport
www.karateschule.ch