

# Lernen vom Profi

Karate-Expertin Sandy Brenscheid bei Shotokan Ennepetal e.V.

**ENNEPETAL.** Die anerkannte Karate-Expertin Sandy Brenscheid, 3. Dan, Referentin im Ausbildungsteam des Karate-Dachverband NRW, Leistungssportlerin mit Ballettausbildung und Autorin des Buches „Karate ist Tanz – was Karatesportler von Tänzern lernen können“ leitete am vergangenen Donnerstag als Gasttrainerin das Training beim Shotokan Ennepetal e.V.

Im Rahmen dieser Reihe besuchen renommierte Karate-Gasttrainer aus ganz NRW die Klutertstadt, um ihr Wissen an die Ennepetaler Shotokan Karatesportler weiterzugeben. Auf dem Programm standen die Vertiefung karatespezifischer Grundlagen vor dem Hintergrund anatomischer Gegebenheiten, sowie die präzise Ausführung

verschiedener Angriffs- und Verteidigungstechniken.

Armin Gudat, der sportliche Leiter (Dojoleiter) des Shotokan Ennepetal merkte an: „Mit Sandy Brenscheid konnten wir eine ausgewiesene Karate-Expertin gewinnen, die ihr Wissen mit viel Enthusiasmus und auf sympathische Weise an unsere Sportler weitergeben hat. Alle Teilnehmer - vom Anfänger bis zum erfahrenen Schwarzgurtträger - waren begeistert und freuen sich auf die Fortsetzung dieser besonderen Trainingseinheiten, die wir auch für das weitere Jahr 2018 geplant haben.“

Interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind jederzeit zu einem unverbindlichen Karate-Probetraining eingeladen – in normaler Sportkleidung, jedoch barfuß.



Die Chance, vom Profi zu lernen, erhielten nun die Mitglieder beim Shotokan Ennepetal. Foto: Verein