

GEMEINSAM STARK

Mit Mut, Respekt und Freude gemeinsam stark werden!

Du bist zwischen 7 und 10 Jahre alt und hast Lust, Neues auszuprobieren? Dann ist „Gemeinsam Stark“ genau das Richtige für dich. Beim Taekwondo lernst du, wie man sich sicher bewegt, auf sich achtet und anderen fair begegnet. In spielerischen Workshops entdeckst du, wie bunt und spannend die Welt ist, denn Menschen aus vielen Ländern haben viele verschiedene Geschichten, Sprachen und Traditionen. Gemeinsam wird daraus ein Abenteuer, bei dem du Freundinnen und Freunde findest, egal woher sie kommen.

- **Wann:** Jeden Mittwoch vom 4. November bis 9. Dezember 2026, 16.15 bis 18.00 Uhr
- **Wo:** 2K Training e.V., Gottlieb-Daimler-Straße 7, 78467 Konstanz
- **Was:** Taekwondo-Training, Selbstverteidigung und spielerische Workshops zur kulturellen Vielfalt mit erfahrenen Trainern
- **Großer Auftritt:** Am 15. Dezember 2026 um 18.00 Uhr zeigst du im Wolkensteinsaal, was du gelernt hast, bei der Vorstellung des neuen Konzepts „Konstanz Internationale Stadt“

Die Teilnahme ist kostenlos. Die Plätze sind begrenzt.

So macht dein Kind mit: Schreib bis spätestens 2. November 2026 eine E-Mail an info@2k.training. Du erhältst dann einen Anmeldebogen mit Einverständniserklärung. Die Teilnahme wird nach Rücklauf der ausgefüllten und unterschriebenen Unterlagen bestätigt.

Warum Sport und Vielfalt so gut zusammenpassen

- **Gemeinsam statt gegeneinander:** Bei Partner- und Gruppenübungen zählt, was man zusammen schafft, nicht, woher man kommt.
- **Respekt wird erlebbar:** Gruß, Disziplin und Rücksicht gehören zum Taekwondo. Kinder lernen so, Regeln und Mitmenschen ernst zu nehmen.
- **Selbstbewusstsein macht mutig:** Wer sich sicher fühlt, traut sich eher, einzugreifen, wenn jemand ausgeschlossen wird.
- **Bewegung verbindet:** Positive Erfahrungen auf Augenhöhe helfen, Vorurteile abzubauen. Das bestätigt auch die Forschung zur Kontakthypothese.

Gemeinsam Stark ist ein Projekt der Stabsstelle Konstanz International (Stadt Konstanz) und der Kampfkunst- und Kampfsportschule 2K Training e.V. Fragen zum Projekt an International@Konstanz.de

