



# KMTV

Classic & Teamsport



ModernArnis

Handball

Nunjutsu

Fußball

Aikido

Fechten

Badminton

Taekwondo

Classic & Teamsport



## Teamsport im KMTV!

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unseren Angeboten für Teamsport und klassische Sportarten.

Dieses Sportangebot umfasst diverse Ballsportarten, Budoangebote und Fechten. Damit Sie sich in unserem Sportangebot problemlos zurechtfinden, gibt es unsere Sportprogramme am Info-Point und im Internet.

Falls Sie an Fitness- und Gesundheitsangeboten oder Kinder- und Jugendsport interessiert sind, empfehlen wir Ihnen die weiteren Sportprogramme, die Sie in den KMTV-Sportzentren erhalten. Da unser Angebot regelmäßig aktualisiert wird, bitten wir Sie, immer auf die aktuellen Aushänge oder auf die Internetseite des KMTV zu achten.

Sollten nach dem Lesen dieser Broschüre noch Fragen zu den Sportangeboten, Schnuppermöglichkeiten, Beiträgen oder ähnlichem offen sein, sprechen Sie uns gern persönlich an. Das Team des KMTV hilft Ihnen gern weiter. Meist hilft auch schon ein Klick auf unsere Homepage unter [www.KMTV.de](http://www.KMTV.de).

**Viel Spaß!**

[www.foerde-sparkasse.de](http://www.foerde-sparkasse.de)

**Fair. Menschlich. Nah.**

 **Förde  
Sparkasse**

**hansadruck**

die druckerei in der hansastraße 48

hansastrasse 48 | 24118 kiel |

fon 0431 564559 | fax 0431 577233

service@hansadruck.de | [www.hansadruck.de](http://www.hansadruck.de)

Wir haben einen eigenen „digitalen Vereinsshop“  
Hier finden Sie außer Sportbekleidung in unserem individuellen Design auch weitere Sport- und Fanartikel in Top Qualität zu günstigen Preisen.

**<http://shop.sport-id.de/kmtv>**

Betreiber ist die Sport-ID GmbH, die den Shop in Abstimmung mit dem Verein inhaltlich und kaufmännisch betreut und die komplette Abwicklung übernimmt.

### In diesem Heft finden Sie Infos über:

- Badminton
- Handball
- Modern Arnis
- Fußball
- Tischtennis
- Nunjutsu
- Futsal
- Volleyball
- Taekwondo
- Prellball
- Aikido
- Fechten

## KMTV Ballsport

### Badminton

Badminton ist eine schnelle Sportart, die konditionell wie muskulär sehr anspruchsvoll sein kann. Der KMTV bietet in seinem Hobbytraining die Chance die Feinheiten der Schläge kennen zu lernen. Zum freien Spiel wird nur ein eigener Schläger, eventuell ein Satz Bälle, Sportbekleidung und ausreichend Flüssigkeit benötigt.

### Fußball

Im Erwachsenenbereich bietet der KMTV sowohl Mannschaften für Frauen als auch Männer. Regelmäßige Punktspiel motivieren zusätzlich zu dem schweißtreibenden Training.

**Aktuelle Infos unter:** [www.Fussball.KMTV.de](http://www.Fussball.KMTV.de)

**E-Mail:** [Fussball@KMTV.de](mailto:Fussball@KMTV.de)

### Futsal

**Futsal** ist die offizielle Form des Fußballs in der Halle. Es wird generell mit fünf Spielern auf Handballtore mit einem Ball gespielt, der weniger Druck hat und somit weniger springt. Zusätzlich wird auf Bandenbegrenzung verzichtet.

### Handball

KMTV-Handballer sind unabsteigbar! Handball im KMTV heißt Spaß, Emotionen, Teamgeist und hervorragendes Training.

### Prellball

Der KMTV hat eine Gruppe von Männern und Frauen. Was braucht man? Ein Netz, eine Schnur oder eine umgedrehte Turnbank, einen Ball und eine einfache Feldbegrenzung, und schon geht's los mit Spiel, Sport und Spaß.

**Neue Spieler sind jederzeit herzlich willkommen!**

## KMTV Ballsport

### Tischtennis

Kleiner Ball ganz groß - seit über 100 Jahren! Auch wenn es das schnellste Rückschlagspiel überhaupt ist, gilt Tischtennis als Sport für jedermann, egal welchen Alters oder Vorkenntnisse. Im KMTV spielen mehrere Herren- und Damen- sowie eine Jugendmannschaft in verschiedenen TT-Klassen zwischen Bezirks- und Kreisklasse.

### Volleyball

Die Volleyballangebote des KMTV richten sich an Freizeit- und Breitensportler/innen. Die Gruppen setzen sich aus Spieler/innen zwischen 18 und 48 Jahren zusammen. Für die Teilnahme sind gewisse Grundtechniken und -taktiken erwünscht.

## KMTV Budo

### Aikido

Aikido ist ein aggressionsloses, jedoch sehr wirkungsvolles System zur Selbstverteidigung. Ziel ist die Kontrolle des Angreifers ohne ihn unnötig zu verletzen. Aikido lehrt, nicht gegen die Kraft des Angreifers anzugehen, sondern durch rechtzeitiges und geschicktes Ausweichen den Angriff ins Leere laufen zu lassen. Aikido ist Siegen durch Nachgeben. Da Körperkraft aus diesem Grund eine untergeordnete Rolle spielt, ist es für Frauen und Männer, für jung und alt gleichermaßen geeignet.

**E-Mail:** [Aikido@KMTV.de](mailto:Aikido@KMTV.de)

## KMTV Budo

### Modern Arnis

Modern Arnis ist Stockkampf. Trainiert wird überwiegend mit einem oder zwei Rattan-Stöcken von ca. 70cm Länge. Das Training mit dem Stock ist eine hervorragende Schulung für Koordination und Körpermechanik. Das Ganze wird abgerundet durch einen umfangreichen waffenlosen Bereich, mit Schlägen, Tritten, Hebeln und Würfen. Modern Arnis ist effektive Selbstverteidigung. Die Techniken sind auf Alltagsgegenstände wie Regenschirme, Zeitungen, Kugelschreiber und auf den waffenlosen Kampf übertragbar. Dadurch ist ein effizienter Lernprozess möglich. Es gibt nur wenige Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, nach Absprache 14, Lust, sich mit neuen Bewegungsmustern auseinander zu setzen sowie Spaß an Bewegung.

### Ninjutsu

Ninjutsu ist ein japanisches Kampfkunstsystem, in dessen Vordergrund die waffenlose Selbstverteidigung steht. Es ist ein System welches jedem, unabhängig von Größe, Kraft, Geschlecht, Alter oder Konstitution die Möglichkeit bietet, sich zu verteidigen.

### Taekwondo

Taekwondo ist eine über 2000 Jahre alte koreanische Kampfkunst, die sich heute sogar als olympische Disziplin etabliert hat. Der Name steht für Fußtechnik (Tae), Handtechnik (Kwon) und „Die Kunst“ oder „Der Weg“ (Do). Die Taekwondo-Technik ist sehr auf Schnelligkeit und Dynamik ausgelegt, was nicht zuletzt durch den Wettkampf bedingt ist. Von anderen Kampfsportarten hebt sich Taekwondo durch den bevorzugten Einsatz von vielfältigen, hohen Beintechniken ab. Taekwondo kann von Sportlern jeden Alters und Geschlechts betrieben werden.

## KMTV Fechten

### Fechten

Fechten ist der sportliche Zweikampf mit Sportwaffen, deren Spitzen oder Schneiden abgestumpft sind, um die Fechtkleidung und Maske nicht zu durchdringen. Der KMTV hat Fechtlehrer und Übungsleiter, die für Sport und Fitness sorgen. Dazu gehört eine fechterische Grundausbildung ebenso wie die Beratung für das Training. Im KMTV wird Fechten so unterrichtet, dass man ohne Vorkenntnisse oder besondere Fähigkeiten schon nach kurzer Zeit einen richtigen Zweikampf ausfechten kann. Dabei wird besonderen Wert darauf gelegt, Anfänger gut zu betreuen und ein optimales Training bei maximaler Sicherheit zu bieten. Fechten ist Koordination, Spaß, Kampf, Kondition & Fitness!

**Noch Fragen? Fechten@KMTV.de**





## **KMTV - Über 2.500 Stunden Sportangebot im Monat**

Der KMTV bietet Ihnen ab einem Monatsbeitrag von 13€\* über 2.500 Stunden Sportangebot von Montag bis Sonntag in ganz Kiel an.

Und das Beste: Nur einmal zahlen und so viel Sport machen wie Sie möchten.

**Der KMTV freut sich auf Sie!**

\* eventuelle Zusatzbeiträge entnehmen Sie bitte der Beitragsordnung des KMTV oder fragen Sie an unserem Info-Point.



### **Classic & Teamsport**

Kieler MTV von 1844 e.V.

Jahnstraße 8 a · 24116 Kiel

Tel. 0413 / 554 536

Fax 0431 / 530 130 10

[www.KMTV.de](http://www.KMTV.de)

[Sport@KMTV.de](mailto:Sport@KMTV.de)