



Starke Kinder. Ruhige Köpfe.

Das **Chimosa Kids-Programm**: Kampfkunst für Kinder und Jugendliche von 4 bis 18 Jahren, mitten in Berlin-Mitte. Fünf Kurse, ein Team aus erfahrenen Kinder- und Jugendtrainern und ein Studio, in dem Ost auf West trifft.

Unsere Philosophie

Wir bieten Kindern und Jugendlichen einen ganzheitlichen Zugang zur Welt der Kampfkünste. Neben Fitness und Selbstverteidigung geht es uns um Werte, die bleiben. Vertrauen, Sicherheit und Respekt stehen im Mittelpunkt jeder Stunde, und unsere Vision „Brücken bauen zwischen Ost und West“ öffnet den Blick für andere Menschen und Perspektiven.

WAS WIR VERMITTELN

Selbstdisziplin
Teamgeist
Durchhaltevermögen
Respekt
Geduld
Integrität
Fleiß
Empathie

Was Kampfkunst deinem Kind bringt

Selbstvertrauen

Ziele setzen, Neues meistern und den eigenen Fortschritt sehen.

Konzentration und Disziplin

Fokussiert bleiben, drangleiben, Impulse kontrollieren.

Vielseitige Athletik

Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Koordination, altersgerecht aufgebaut.

Ausgleich und Stressabbau

Ein positives Ventil für Energie und Alltagsstress.

Respekt und Verantwortung

Kampfkunst heißt Selbstbeherrschung, nicht Aggression.

Fähigkeiten fürs Leben

Widerstandskraft, Ausdauer und der Mut, Neues anzunehmen.

Welcher Kurs passt zu welchem Alter?

	4-5	5-6	6-8	9-14	13+
Kids Martial Arts	4-5	5-6	6-8		
Shaolin Kung Fu			6-8	9-14	
Kids Movie Fight				9-14	
Muay Thai				9-12	13+
Boxen					13+

Probestunden für dein Kind

Lernt uns kennen und findet heraus, ob der Unterricht passt.
Einfach den QR-Code scannen und online buchen.

2 × 10 €
PROBESTUNDEN



Scannen und
Probestunde buchen

Unsere Kinderkurse

Alle Kurse werden von unserem Kinder- und Jugendtrainerteam geleitet und sind in feste Altersgruppen aufgeteilt, damit jedes Kind auf seinem Entwicklungsstand trainiert. Die Farben findest du im Kursplan wieder. Alle Zeiten gelten für Herbst 2026.

Kids Martial Arts

Der Einstieg in die Kampfkunst. Über intuitive Übungen und Spiele lernen Kinder Fallen, Rollen, Springen, Werfen, Treten und Schlagen, und mit ihnen Respekt, Disziplin, Beweglichkeit und Ausdauer. Die perfekte Grundlage für alle spezialisierten Kurse, in drei Altersgruppen.

4-5

Mi 15:30-16:15 · So 10:15-11:15

5-6

Mo 15:45-16:30 · Di + Do 15:30-16:15 · Mi 16:30-17:15

6-8

Mi + Fr 16:30-17:30



Muay Thai

Der beliebte Kickboxstil aus Thailand, bekannt als „Kunst der acht Gliedmaßen“: Tritte, Schläge, Knie, Ellbogen und Clinch. In einer spielerischen Gemeinschaft entwickeln Kinder Kraft, Ausdauer und Reaktion. Sparring mit wechselnden Partnern trainiert Respekt und stärkt das Selbstvertrauen.

9-12

Mo + Fr 16:30-17:30

13+

Mo, Mi, Fr 17:30-18:30

Shaolin Kung Fu

Körperliche Stärke, geistige Klarheit und emotionale Balance: Shaolin Kung Fu verbindet fließende Kampfkunst mit achtsamer Disziplin. Mit Gürtelprüfungen inklusive Zertifikat, Schärpe und Armband, und zweimal im Jahr der Möglichkeit, an Kung-Fu-Wettkämpfen teilzunehmen.

6-8

Mo + Do 15:30-16:30

9-14

Mo + Do 16:30-17:30



Boxen

Das ultimative Werkzeug für Fitness und mentale Stärke: Unser strukturiertes Jugend-Boxprogramm bietet ein sicheres, kontaktfreies Umfeld speziell für Teens. Wir trainieren nicht einfach Athleten, wir formen Charakter.

13+

Di + Do 17:30-18:30

Kids Movie Fight

Wie entstehen spannende Filmkampfszenen? Inspiriert von Kung Fu, Akrobatik und Stunt-Bewegungen trainieren Kinder Koordination, Gleichgewicht und Körperbewusstsein, mit Partnerübungen, Fallschule und weichen Übungswaffen. Statt Techniken auswendig zu lernen, erzählen sie Geschichten durch Bewegung.

9-14

Di 16:30-17:30



Änderungen findet ihr immer im Online-Kursplan (QR-Code unten). Dein Kind ist älter als 14 und möchte mit Kung Fu anfangen? Schreib uns an kids@chimosa.de.

Fragen? Schreibt uns.

kids@chimosa.de

Linienstraße 127, 10115 Berlin-Mitte



Kursplan
Herbst 2026



Mehr über das
Kids-Programm