

Trainerprofil

Dr. Christian Mahl

3. Dan Karate

Beginn Karatetraining im Dezember 1997

Qualifikationen:

Gruppenübungsleiter Karate (BKB)

Coachlizenz Kickboxen (WAKO)

Trainer C-Lizenz Kickboxen (WAKO)

Schiedsrichter C-Lizenz Kickboxen (WAKO)

16 Podiumsplatzierungen bei nationalen und internationalen Meisterschaften (BAKU / WAKO)



„Für mich ist Karate mehr als nur ein Kampfsport. Es ist ein Lebensweg, der in jedem Techniktraining, jedem Wettkampf und jeder Meditation aufs Neue das Feuer in mir entfacht, als Mensch zu wachsen – sowohl körperlich als auch geistig!

Du willst Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Konzentrationsfähigkeit, Willensstärke, Geduld, Selbstbewusstsein und vieles mehr steigern, ohne ein halbes Dutzend Sportarten zu betreiben? Meine Powertrainings am Donnerstag reichen dafür völlig aus!“

