



**KYOKUSHIN - THE STRONGEST KARATE**

[WWW.GKKSWEDEN.COM](http://WWW.GKKSWEDEN.COM)



KARATE ÄR EN JAPANSK KAMPSPORT med rötter i Indien och Kina. Karate, som kan översättas med *tom hand*, lär ut olika ställningar, förflyttningar, slag, sparkar och blockeringar för att på ett effektivt sätt möta motståndare. Men karate är mycket mer än bara en sport. En djupare förståelse för karate innefattar också andliga värden.

GÖTEBORGS KARATE KAI grundades 1965 och är en av de äldsta och mest framgångsrika karateklubbarna i Sverige. Göteborgs Karate Kai är en ideell förening och medlem i Svenska Budoförbundet genom vår svenska stilorganisation Swedish Karate Kyokushin. Vi har drygt 370 medlemmar (2005) i alla åldrar och av båda kön.

VÅR CHEFSINSTRUKTÖR är Shihan (hederstitel) Howard Collins, som med sitt svarta bälte av sjunde dan (grad) är en av världens högst graderade karateutövare och en levande legend inom vår sport. Ytterligare ett stort antal erfarna, svartbältade instruktörer borgar för att undervisningen blir den bästa som går att få.

VI TRÄNAR KARATE som en motions- och/eller tävlings sport. Träningen är mycket allsidig och bygger upp kondition, styrka och smidighet. Karate innehåller alltså allt som innefattas i begreppet friskvård.

KLUBBEN HAR OCKSÅ EN FOSTRANDE ROLL. Den som tränar karate hos oss lär sig mycket om sig själv och sina medmänniskor och utvecklas också mentalt. Ödmjukhet, självdisciplin, självtillit, gott uppförande, moral och respekt är några honnörsord.

DET FINNS FLERA OLIKA KARATESTILAR. Vår stil heter Kyokushin, vilket kan översättas med *Den yttersta sanningens väg*. Stilen försöker hela tiden nå det yttersta i exempelvis attityd, teknik, styrka och fokusering. *Osu no seichin* - som betyder *Viljan till tålmod* - är vår stils motto. Det innebär att man skall fortsätta kämpa, även när alla odds är emot en, och aldrig ge upp.

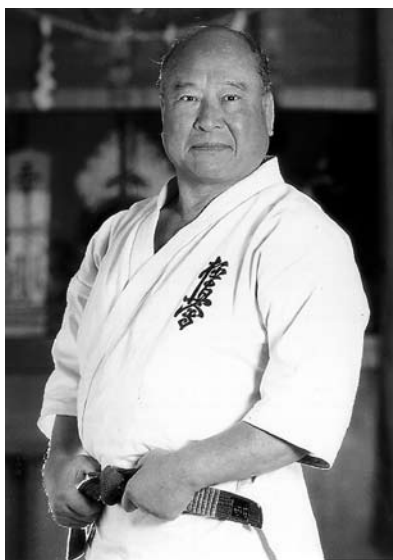
VILL DU VETA MER? Ring oss på 031-424304 eller kom ner och besök oss i våra cirka 500 kvadratmeter stora lokaler i Majorna i Göteborg. På vår hemsida på [www.gkksweden.com](http://www.gkksweden.com) kan du hitta mer information om träningstider, vår karatestil och hur du hittar till oss. Välkommen!



DET ÄR SVÅRT att sätta fingret på vad det är som gör karate så speciellt. Träningarna ger en energikick. Den som tränar Kyokushin karate blir gladare, starkare, lugnare och bättre på att fokusera. Bäst av allt är kanske att det är en resa utan slut. Ingen karateutövare blir någonsin fullärd. Även vår chefsinstruktör, Shihan Howard Collins, med över fyrtio års karateträning bakom sig, säger; *"Det finns alltid utrymme för perfektion"*.



Shihan Howard Collins  
Chefsinstruktör på Göteborgs Karate Kai



Sosai Masutatsu Oyama (1923 – 1994)  
Grundaren av Kyokushin Karate

## **GÖTEBORGS KARATE KAI**

BOX 120 90  
SE-402 41 GÖTEBORG, SWEDEN  
TEL. +46 (0)31- 42 43 04  
E-MAIL: INFO@GKKSWEDEN.COM  
INTERNET: WWW.GKKSWEDEN.COM

**KYOKUSHIN - THE STRONGEST KARATE**

[WWW.GKKSWEDEN.COM](http://WWW.GKKSWEDEN.COM)

