

KARATE

Anfängerkurs

ab 22. September 2023

10 Trainingseinheiten

Dynamik

Körperbeherrschung

Selbstbewusstsein

Beweglichkeit

Ausdauer

Rücksichtnahme

Koordination

Selbstdisziplin

Konzentration

Höflichkeit

空手道



Bequeme, lange Sportkleidung genügt.

wann? **Freitags 18:30 – 19:45 Uhr**
Ab 22.09.2023, 10 Trainingseinheiten

wo? **Breitwiesenhalle Gerlingen, Gymnastikraum (OG)**
Jakob-Bleyer-Straße 1/1

wer? **Jeder ab 16 Jahren,**
Späteinsteiger, Wiedereinsteiger willkommen!

Kosten? **30 Euro (bar im 1. Training)**

Nur nach Voranmeldung

Kontakt

Martin Stoll 0172 3686903
karate@budokan-gerlingen.de
www.budokan-gerlingen.de

