Anfängerkurs Karate

Budokan Groß-Gerau e.V.

Verein zur Pflege traditioneller Kampfkünste



11. Februar 2027

immer donnerstags, 19:30 bis 21:30 Uhr
Sporthalle der Prälat-Diehl-Schule, Grüner Weg, Groß-Gerau

- Karate ist ein anerkannter Gesundheitssport der Krankenkassen
- Karate fördert Koordination, Konzentration und Gleichgewichtssinn
- Sie lernen Grundlagen der Selbstverteidigung / Selbstbehauptung
- Sie lernen die traditionellen Grundschultechniken (Kihon) und (Kumite)
- Sie lernen die festen Formen im Karate (Kata)
- Keine Angst! Zu alt ist man nie, um das Karatetraining zu beginnen!

Unverbindlicher Kurs ohne Vereinsbindung

Dauer 3 Monate, jeweils donnerstags, einmalig 50,- EUR

Ansprechpartner: jens@budokangg.de

DKV
KARATE IN DEUTSCHLAND
DEUTSCHER KARATE VERBAND

HFK
Hessischer Fachverband für Karate e.V.

Fotos: Nguyen Hung by unsplash