



Verein zur
Pflege traditioneller
Kampfkünste

Anfängerkurs Karate & Selbstverteidigung

Wann: Jeden Donnerstag ab dem 05. Sept – 07. Nov. 2024
20:00 – 22:00 Uhr

Wo: In der Sporthalle der Prälat Diehl Schule, Grüner Weg

Wie anmelden, Fragen?

Einfach E-Mail schreiben Name & Adresse, Tel. hinterlassen, Antwort folgt.
Bitte senden an: jens@budokan-gross-gerau.de



Unverbindlicher Kurs ohne Vereinsbindung
Kursgebühr 50 Euro, einmalig
Kontakt: jens@budokan-gross-gerau.de

Wegbeschreibung einfach
QR scannen:



Budokan Groß-Gerau e.V. Verein zur Pflege traditioneller
Kampfkünste ist Mitglied im:



Hessischer
Fachverband
für Karate e. V.



Landessportbund
Hessen e.V.



Anfängerkurs Karate & Selbstverteidigung

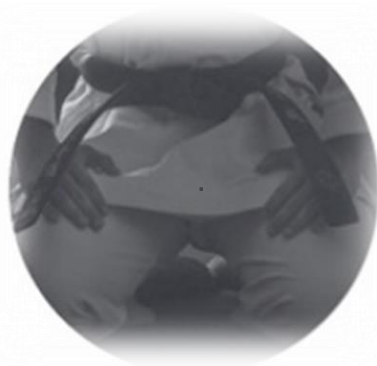
Verein zur
Pflege traditioneller
Kampfkünste



Karate ist ein anerkannter Gesundheitssport

Karate fördert Konzentration, Kraft, Körperspannung und Balance

Sie erlernen die Grundlagen von Selbstverteidigung und Selbstbehauptung



Zur Stärkung der Muskulatur erlernen Sie traditionelle Grundschultechniken

Zur Steigerung der Konzentration werden feste Formen und Abläufe erlernt

Eine Altersbeschränkung, um sein Wohlbefinden zu verbessern, gibt es nicht!!!

Kontakt: jens@budokan-gross-gerau.de

Budokan Groß-Gerau e.V. Verein zur Pflege traditioneller
Kampfkünste ist Mitglied im:



Hessischer
Fachverband
für Karate e. V.



Landessportbund
Hessen e.V.