

# NEUE ANFÄNGERKURSE

# KARATE



Ab Montag,

**19. Februar 2018**

**Kinder 9-13 Jahre**

**17:15 - 18:40 Uhr**

**Im JCB-Dojo, Ellentalstr. 4, 74321 Bi-Bi**

**Jugendliche/Erwachsene ab 14 Jahre**

**18:45 - 20:00 Uhr**

**In der Sporthalle am Viadukt, Gymnastikraum II**

Trainiert wird unter erfahrenen Trainern mit normaler Sportkleidung  
Keine Vorkenntnisse notwendig.

# 空手道

**KARATE-DO** (*Weg der leeren Hand*)

ist eine alte japanische Kampfkunst.  
Ziele sind die Verbesserung der physischen  
**Kondition** wie **Beweglichkeit, Ausdauer** und  
**Kraft**, sowie die Entwicklung der Technik.  
Weiterhin werden bei regelmäßigem Training die  
Selbstkontrolle und Konzentration gestärkt.  
Als Kriegskunst entwickelt, hat Karate sich  
zu einem modernen Kampfsport und einer  
effektiven **Selbstverteidigung** gewandelt.

## JC Bietigheim e.V.

[www.jc-bietigheim.de](http://www.jc-bietigheim.de)



## Karate

**weitere Infos:** [www.jc-bietigheim.de](http://www.jc-bietigheim.de) oder Ulli Moser: 0170-2129286