

# Karate - Anfängerkurse

## Karate - ein Sport für alle

Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder **Selbstverteidigung**, Karate eröffnet **allen Altersgruppen und Interessenlagen** ein breites sportliches Betätigungsfeld. Karate ist nicht nur spannend und dynamisch. **Durch die Vielseitigkeit fördert Karate Gesundheit und Wohlbefinden.** Bei uns gibt es Schnupperkurse, die den **Einstieg leicht machen**: Stufe um Stufe wachsen Geschicklichkeit und Leistungsvermögen.



## Unverbindliche Schnupperkurse :

### Ab Montag, 19.09.2011

**Kinder ab ca. 8 Jahre**  
**17.30 – 19.00 Uhr**

**Jugend/Erwachsene ab**  
**ca. 14 - 35 Jahre**  
**19.00 – 20.15 Uhr**

### Ab Dienstag, 20.09.2011

**Erwachsene ab ca. 35 J.**  
**20.15 – 21.30 Uhr**

**Realschule im Aurain**  
(Gymnastikraum)

Bequeme Sportkleidung ohne  
Schuhe ist ausreichend



## Info :

- Ulli Moser
- Tel. 0170/2129286  
ulli.moser@db.com
- [www.jc-bietigheim.de](http://www.jc-bietigheim.de)