

NEUER ANFÄNGERKURS



KARATE

Ab Montag, 11. März 2019

⇒ **Jugend/Erwachsene 14-99 Jahre,
18:45 – 20:00 Uhr**

In der Sporthalle am Viadukt (Gymnastikraum II)

Trainiert wird unter erfahrenen Trainern.

Normale Sportkleidung ohne Schuhe ist ausreichend.

Keine Vorkenntnisse notwendig.

Mitglied im



Karateverband
Baden-Württemberg e.V.

空手道

Karate-Do - Weg der leeren Hand

ist eine alte japanische Kampfkunst. Sie verbessert bei regelmäßigem Training die physische Kondition wie Schnelligkeit, Motorik, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer, sowie die Entwicklung der Technik. Im mentalen Bereich werden Konzentrationsfähigkeit, das Durchsetzungsvermögen und die Selbstkontrolle gestärkt. Als Selbstverteidigungssystem entwickelt, hat Karate heute auch seine Rolle als Wettkampfsport.



Weitere Infos: www.jc-bietigheim.de oder Ulli Moser 0170 2129286