



1. Karate Dojo Altenstadt e.V.

Eltern – Kind – Karate

Anfängerkurs in Epfach für Kinder (7–14 Jahre) und Mütter / Väter

Einführung in die Grundlagen des Karate
mit Elementen der Selbstverteidigung.

Das Training fördert
die Konzentrationsfähigkeit
und baut Selbstvertrauen auf.

Teilnahme auch einzeln möglich.

Kursbeginn:
4. Oktober 2012

Kursende:
13. Dezember 2012
mit abschließender Prüfung
zum 9. Kyu (weißer Gürtel)

Trainingszeit:
Donnerstag, 17 – 18 Uhr

Trainingsort:
Epfach, Haus der Vereine

Die erste Trainingsstunde ist kostenlos und unverbindlich zum Testen –
Kommt vorbei !

Infos und Anmeldung unter:
1. Karate Dojo Altenstadt e.V. / Obb.

 **08869 912 245**

 **www.karate-doj-altenstadt.de**
oder in der Halle vor Ort zu den Trainingszeiten

