

Neuer Anfängerkurs Karate



mit Selbstverteidigung

Ab Dienstag, 20. Februar 2024

Jugendliche, ab 14 Jahre

19:00 – 20:30 Uhr

in Bietigheim-Biss., Turnhalle Hillerschule, Hillerstr. 2

Ab Dienstag, 20. Februar 2024

Erwachsene 19:00 – 20:30 Uhr

in Bietigheim-Biss., Turnhalle Hillerschule, Hillerstr. 2

Erfahrene Trainer mit staatlichen Trainerlizenzen vermitteln Karate und Selbstverteidigung.

Normale Sportkleidung ohne Schuhe ist ausreichend.

Keine Vorkenntnisse notwendig.



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.

KD BIETIGHEIM E.V.

Weitere Infos unter: www.kd-bietigheim.de

Bitten wir um vorherige Anmeldung!

Bianca Careni, karate@kd-bietigheim.de oder 0157 50725359

Mitglied im

