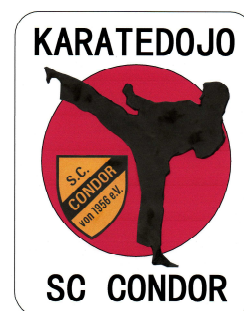


KARATE JUKUREN

Kampfsport für Menschen ab 35

Neu- oder Wiedereinstieg ins Shotokan- Karate



Ort:	Hermelinweg „Kleine Halle“
Datum Start:	Mittwoch, 7.März 2012
Uhrzeit:	19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Dauer des Kurses:	6 Wochen, letztes Training am 11.April 2012
Karatelehrer:	Michael Siemers
Anmeldung:	karate@sport-club-condor.de
Informationen:	040-641 52 77, 040-643 20 97

Das so genannte „**Jukuren Karate**“ wurde ins Leben gerufen, um auch Menschen im reiferen Alter den Einstieg in die Kampfkunst Karate zu erleichtern. Ohne Leistungsdruck seine Grenzen kennen zu lernen, trotzdem ein individuelles und effektives Training für Körper und Geist alters- und fähigkeitsgerecht zu vermitteln, hat höchste Priorität.

Wer unseren Karatelehrer **Michael Siemers** kennt, der weiß, dass dabei auch der Spaß an der Freude nicht zu kurz kommt!

Als **Trainingsbekleidung** reicht für den Anfang ein bequemer Jogging- oder Trainingsanzug. Fußbekleidung ist nicht erforderlich.

Dieser 6-wöchige Kurs ist als Schnupperkurs **kostenlos** und **unverbindlich**. Eine **Anmeldung** über die oben angegebene **e-Mail** Adresse oder eine der Telefonnummern wäre jedoch sehr hilfreich!

- Ausführliche Informationen über „Jukuren Karate“ auf der nächsten Seite -

Besuchen Sie uns auch auf unserer Homepage: **karatedojo-scondor.de**