



Shotokan Karate-Do

Traditionelle Kampfkunst

Anfänger- Kurse

In Hilzingen

Beginn: Ab Freitag, 15. März 2019
2 x kostenlos schnuppern

Kinder ab 5 – 12 Jahren: Freitags von 15.00 – 16.00 Uhr
Jugendliche ab 13 Jahren: Freitags von 16.00 – 17.00 Uhr

Trainingsinhalte:

- Selbstverteidigung
- Körperbeherrschung,- Ganzkörperschulung
- Meditation, Konzentration
- Traditionelle Kampfkunst

Trainingsort: Hegau- Halle in Hilzingen

Trainingsleitung: Frank Ostermann, 5. Dan

Nähere Informationen unter: www.skd-singen.de

Frank Ostermann, Tel.: 07733-3324 oder 0172-7632416

frank-ostermann@arcor.de