



Shotokan Karate-Do

Traditionelle Kampfkunst Mit Selbstverteidigung

Anfänger- Kurse

In Engen - Bargaen

Beginn: Ab Dienstag, 10. März 2020
2 x kostenlos schnuppern

Kinder ab 5 – 12 Jahren: **Dienstags von 16.00 – 17.00 Uhr**
Jugendliche ab 13 Jahren: **Dienstags von 17.00 - 18.00 Uhr**
Trainingsinhalte:

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

Trainingsort: Sporthalle- Bürgerhaus in Bargaen

Trainingsleitung: Frank Ostermann, 6. Dan

Nähere Informationen unter: www.skd-singen.de

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

frank-ostermann@arcor.de