



Shotokan Karate-Do

Traditionelle Kampfkunst

Mit Selbstverteidigung

Anfänger- Kurse

Für Kinder ab 5 Jahre u. Erwachsene
Familientraining (Eltern/Kind)

In Engen

Beginn: Freitag, 25. September 2020

2 x kostenlos schnuppern

Training immer freitags 17.30 – 18.30 Uhr

Trainingsinhalte:

- Traditionelle Kampfkunst, Selbstverteidigung, Selbstsicherheit
- Körperbeherrschung,- Ganzkörperschulung, Fitness
- Meditation, Konzentration, Koordination

Trainingsort: Konditionsraum in der Sporthalle in Engen

Trainingsleitung: Frank Ostermann, 6. Dan

Nähere Informationen unter: www.skd-singen.de

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

frank-ostermann@arcor.de