



Shotokan Karate-Do

Traditionelle Kampfkunst Mit Selbstverteidigung

Anfänger- Kurse

In Gottmadingen

Beginn: Ab Donnerstag, 24. September 2020
2 x kostenlos schnuppern

Kinder ab 5 – 12 Jahren: Donnerstags von 16.00 – 17.00 Uhr
Jugendliche ab 13 Jahren: Donnerstags von 17.00 – 18.00 Uhr

Trainingsinhalte:

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

Trainingsort: Saalbau, Roseneggstr. 15, (Nähe Goldbühlhalle) in Gottmadingen

Trainingsleitung: Frank Ostermann, 6. Dan

Nähere Informationen unter: www.skd-singen.de

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

frank-ostermann@arcor.de