



Shotokan Karate-Do

Traditionelle Kampfkunst Mit Selbstverteidigung

Neue Anfänger- Kurse

In Singen

2 x kostenlos schnuppern

Beginn Erwachsene: Ab Montag, 21. September 2020

Montag + Mittwoch von 20.00 – 21.00 Uhr

Beginn Kinder und Jugendliche: Ab Dienstag, 22. September 2020

Dienstags von 17.30 – 18.30 Uhr

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

Trainingsort: Shotokan-Karate-Dojo Singen, August-Ruf-Str. 3

Im Karstadtgebäude 4. Stock, Fußgängerzone,

Trainingsleitung: Frank Ostermann, 6. Dan (Erwachsene)

Ralf Braunwarth 3. Dan (Kinder)

Nähere Informationen unter: www.sk-d-singen.de Tel.: 07733-3324 oder 0172-7632416

**Weitere Anfängerkurse auch in den Außenstellen: Steißlingen,
Gottmadingen, Hilzingen, Watterdingen, Engen und Barga**