

2019



空手道

3 MONATE :

KARATE FÜR EINSTEIGER

KIDS AB 8 , JUNIOREN & SENIOREN !!!

Kursdaten: Montag- 06.05.2019
Freitag 19.07.2019 (Dauer ca.3 Monate)

Übungsleiter: Mario Baars

Trainingszeiten: Montag & Freitag 18.00 - 19:00 Uhr

Trainingsort : Gymnasiumturnhalle 2 , Dornauerweg 21
86956 Schongau

Kursinhalt: Grundschulkaratetechniken - Gymnastik
- Konditionselemente/ Koordination -
Muskel/ Kraftaufbau - Rückenschule

Ziel: Spaß; Gesundheit; Körperfeeling;
Prüfungstechniken zum 1. Gurt.

Kursplätze/ Anmeldung: Ab sofort ! Rechtzeitige
Anmeldung erforderlich – limitierte Kursplätze .

Weitere Informationen / Kursangebote: www.karate-schongau.de

Anmeldung : ☎ 08861-3189 / Mobil: 0160-97501210.

