

Kobudo Training

Umgang mit Waffen aus dem Kobudo
z.B. 2 Meter langen Stock



Trainingszeiten Neueinsteiger ab 14 Jahre
Donnerstag: 20:15 – 21:00 Uhr

Selbstverteidigungskurs für Frauen ab 14 Jahre (7 Einheiten, Anmeldung erforderlich)



Kurszeit
jeweils Dienstag ab 20:20 Uhr

Kampfkunst Karate

Gesundheit und Fitness aktiv fördern

Karate bietet Vorteile für Körper und Geist:

- Förderung von Kraft, Reaktion, Geduld, Disziplin und Konzentration
- Steigerung des Selbstbewusstseins
- Verbesserung der Leistungsfähigkeit, vor allem auch in der Schule und im Beruf
- effektive Selbstverteidigung

Als Neuanfänger sind keine besonderen sportlichen Fähigkeiten erforderlich. Die Beweglichkeit und Fitness wachsen mit jedem Training, das passend für jede Altersgruppe zusammengestellt ist.

Lernen Sie unser Angebot bei einem Probetraining kennen. Sie werden staunen, welch positive Dinge ein Training bei uns bietet.

**GRATIS
PROBETRaining**

Trainingsorte

- Dienstag und Donnerstag:
Knaben Realschulturnhalle Osterhofen, Seewiesen 10
(Landgraf Leuchtenberg Realschule Osterhofen)
- Samstag:
Hallenbad Turnhalle Osterhofen, Seewiesen



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen

Kampfkunst Karate
Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen
Falkensteinstraße 21
94469 Deggendorf

Tel. 0171 4954531
info@kcsev.de
www.kcsev.de



Wir sind Mitglied im Deutschen Karate Verband e.V.



www.ELSTROM.de

Sponsor Flyer: Elektro Steiningger Tel. 0991 343809

Gesundheitssport Kobudo Selbstverteidigung Karate für alle Altersgruppen



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen