

Ab 02. September neue Kurse!

KARATE

Turnhalle der DBS

Mi: 18:00 – 19:15 Uhr (Anfänger)

Kinder & Jugendliche ab 5 Jahre

Mi: 19:00 – 20:15 Uhr (Anfänger)

Erwachsene & Späteinsteiger

Mi: 19:15 – 20:30 Uhr (Anfänger & Fortgeschrittene)

Alle Gruppen (Oberstufe)



SPORT & SELBSTVERTEIDIGUNG

SELBSTBEHAUPTUNG

Trainingsprogramme speziell für Kids

Selbstverteidigung im Notfall

Vertrauen auf die eigenen Stärken

WERTEVERMITTLUNG

Respektvoller Umgang mit anderen

SPASS & BEWEGUNG

Gezielte Förderung des Bewegungsdranges

Euer Bushido-Team:

M. Emmerich 0175 176 16 76

F. Hellmann 0152 338 11 15 2

JETZT EINSTEIGEN!

