



SCHNUPPERKURS KARATE TG ZELLHAUSEN



AM 02.FEBRUAR 2016 STARTET EIN KARATE SCHNUPPERKURS
BEI DER TG ZELLHAUSEN.
GELEITET WIRD DER KURS VON DEN TRAINERN HOLGER SCHMITT
UND ROLAND SICKENBERGER, DIE IM OKTOBER 2015 DIESE
ABTEILUNG UNTER DEM DACH DER TGZ GRÜNDETEN.

VERMITTELT WIRD EIN EINBLICK IN DAS KLASSISCHE
KARATE-DO. HIERBEI BESONDERS IN DIE STILRICHTUNG KASE HA
SHOTOKAN RYU KARATE DO.

INHALTE:

DAS ERLERNEN DER SPEZIFISCHEN TECHNIKEN DIESER
STILRICHTUNG

REALISTISCHE SELBSTVERTEIDIGUNG

STÄRKUNG DES SELBSTVERTRAUENS

VERBESSERUNG DER KÖRPERHALTUNG

VERBESSERUNG DES KÖRPERGEFÜHLS

SPASS AN DER BEWEGUNG

FREUDE AM KARATE

TRAININGSZEITEN

DIENSTAG VON 20:00 UHR BIS 21:30 UHR
IN DER VEREINSHALLE

INFO:

HOLGER SCHMITT 06182 7744918

ODER

UNTER WWW.TG-ZELLHAUSEN.DE