

Karate

... kann von Kindern und Jugendlichen,
sowie von Frauen und Männern jeden Alters
erlernt werden. Es sind keine Voraussetzungen
erforderlich.

Karate ist ein idealer Ausgleich zum Alltags-
stress und unterstützt die körperliche und
geistige Regeneration.

Karate steigert bei Kindern die Konzentrations-
fähigkeit, dient der Persönlichkeitsentwicklung
und steigert Selbstbewusstsein, sowie Reaktion
und Beweglichkeit

Karate ist lebensbegleitend
und eine anerkannte Gesundheitssportart.

KARATE



Kampfkunst
Fitness
Energie
Gesundheit
**Selbstver-
teidigung**
Tradition
Respekt

KarateDo-Hausheim.de

Allgemeines

Karate ausprobieren?

Einfach vorbeikommen und beim Schnupper-Training mitmachen...

Ort:

Im alten Schulhaus in Hausheim (bei Berg).
Hausheim liegt zwischen Nürnberg und Neumarkt.

Kursgebühr:

Keine Kursgebühr für Schnuppertraining.

Kleidung:

In den ersten Trainingseinheiten genügt normale Sportkleidung. Es wird barfuß trainiert.

Zusätzliche Infos => <https://karatedo-hausheim.de>

Angebote

Jugendliche und Kinder:

Abwechslungsreiches Training ab 8 Jahren

Karate „Tiger“:

Montag 17:30 - 19 Uhr

Für Erwachsene:

Karate „PUR“:

Leistungsbetontes Training für jedes Alter
Shotokan u. Stiloffenes Karate, Kyusho Jitsu

Montag 19 - 20:30 Uhr

Karate „BEST AGE“:

Gesundheit und Selbstverteidigung
auch für Senioren und Jukuren

Dienstag 20 - 21:30 Uhr