

Termine/Ort

**Erwachsene/Senioren;
Jugendliche**
Montags und Donnerstags
ab 14. Januar 2019; 19:30 – 21:00

Kinder (7-14 Jahre):
Donnerstags,
ab 17. Januar 2018; 18:00 – 19:15

Jeweils bis zu den Sommerferien

Ort:
Max von Laue Gymnasium,
Südallee 1, 56068 Koblenz

Kosten

Nach der 4. Teilnahme erfolgt die
Anmeldung für **90 € (ab 14
Jahren)** oder **60 € (Kinder)**.

Mit der Anmeldung erfolgt der
Vereinsbeitritt.

Informationen

Informationsveranstaltung:

10. Januar 2018; 18:00 – 19:00
Sporthalle Max-von-Laue Gymn.

Persönlich:
Jürgen Hinterweller
Tel.: 02625/820081
Mobil: 0175 222 6138
Henning Thiele
Mobil: 0177 543 77 48

E-Mail:
karate-koblenz@web.de

Im Internet:
www.karate-koblenz.de



Karate-Dojo Koblenz

Karate
Anfängerkurs
Kinder/Jugendliche
Erwachsene/Senioren



**Fit und selbstbewußt
mit
Shotokan-Karate**

Das Dojo

Das Karate-Dojo betreibt seit 1967 als Mitglied des **DJKB** (Deutscher JKA-Karate Bund e.V) und des **Sportbundes Rheinland-Pfalz** klassisches Karate in Koblenz.

Sensei (Leiter) des Dojo ist **Jürgen Hinterweller (6. DAN)**.

Die Trainer sind vom DJKB ausgebildet und haben langjährige Erfahrung.

Worum geht es?

Karate bietet eine Mischung aus Selbstverteidigung und Kampfsport, aber auch die Schulung von Körper und Geist.

Neben der körperlichen Leistungsfähigkeit werden ebenfalls Selbstbewusstsein, Selbstachtung und Konzentrationsfähigkeit gefördert –

in jedem Alter !!!

Ziele

Ziel ist es die **Karategrundlagen** zu erlernen und die **Basisfitness** aufzubauen, die nötig ist, um nach Abschluss des Lehrganges in den jeweiligen Gruppen des Vereins weiter zu trainieren.