

KARATE ANFÄNGERKURS

Für Kinder und Erwachsene



...lehrt
Konzentration
Selbstvertrauen
Flexibilität
Respekt
Fitness
Disziplin

3 Probetrainings
GRATIS



Start am 17. Sept. 2020
jeweils donnerstags
17:00-18:00 Uhr
im SPZ Lustenau
www.karateclublustenau.at

Der KC Lustenau ist das Zuhause für alle Karate-begeisterten, von Jung bis Alt, von Hobbysportlern bis WM-Teilnehmern. Für unsere mehr als 120 Mitglieder liegen die Vorteile dieser japanischen Kampfkunst auf der Hand:

Karate bietet eine einzigartige Möglichkeit, angestauten Druck und Stress von Deinem Schul- oder Arbeitsalltag abzubauen. Dabei lernst Du Deinen Körper und Geist zu kontrollieren, in Bewegung und Ruhe, in Anspannung und Entspannung. Mit unserem spielerischen Ansatz ist auch für Spaß gesorgt, mit und ohne Ball, bei Gauditurnieren, bei Reaktions- und Geschicklichkeitsspielen. Hier lernst Du diese faszinierende Kampfkunst spielerisch kennen und hältst Dich top-fit!



Karate Anfängerkurs für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren

Jeweils donnerstags von 17:00 bis 18:00 Uhr

Start 17. Sept. 2020, für 4 Monate, €70

3 GRATIS PROBETRAININGS!

**Turnhalle im SPZ Lustenau
(Sonderpädagogisches Zentrum)
Hinterfeldstraße
A-6890 Lustenau**



**Anmeldung unter:
info@karateclublustenau.at**