

E-DO

GEFAHR ERKENNEN - RICHTIG REAGIEREN

SELBSTSCHUTZ bedeutet:

Intuitives Reagieren bei
Gefahrensituationen

TRAININGSINHALTE sind:

- Konfliktvermeidung
- Abwehrtechniken
- Bodenkampf
- Selbstbehauptung

Für Frauen/Mädchen und Männer/Jungs ab 12 Jahren
E-DO - Kurse immer montags und mittwochs 20.30 - 21.45 Uhr

SCHNUPPERSTUNDEN : 27.04.2015 & 29.04.2015
ÖFFENTLICHE LEHRGÄNGE: 25.04.2015 & 26.09.2015

UNSERE E-DO - LEHRER

Dieter Ebner
Übungsleiter/Meister

Erwin
Übungsleiter und Lehrer

Christian
Lehrer



KAMPFKUNSTZENTRUM GEROLSHEIM e.V.

E-DO

EFFEKTIV - DIREKT - OFFENSIV

SELBSTVERTEIDIGUNG

- Schnell zu erlernen
- Schutz für jedes Alter
- Verteidigungstechniken für Frauen und Mädchen



An der Weet 4 (Dorfgemeinschaftshaus)

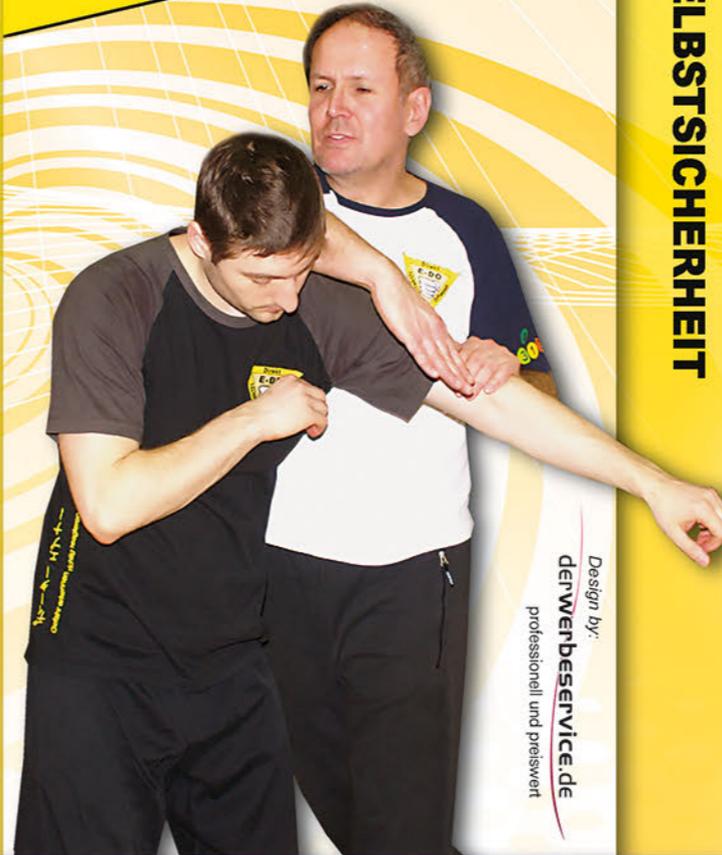


DEIN WEG ZUM RICHTIGEN REAGIEREN

E-DO

SCHNUPPERSTUNDE
27. & 29.04.2015
SELBSTSCHUTZ

- Konzentration
- Koordination
- Selbstbehauptung
- Selbstsicherheit



Design by:
derwerbesservice.de
professionell und preiswert

KAMPFKUNSTZENTRUM GEROLSHEIM e.V.



DEIN WEG ZUR SELBSTSICHERHEIT

KARATE

SCHNUPPERSTUNDE
27. & 29.04.2015



DEIN WEG ZUM SCHWARZEN GÜRTEL

KAMPFKUNSTZENTRUM GEROLSHEIM e.V.

KARATE

GEFAHR ERKENNEN - ZIELSICHER REAGIEREN

SICHERHEIT FÜR IHR KIND

Karate für Minis von 5 bis 7 Jahren
montags 17.00 - 17.45 Uhr
(Trainingsbeginn 27.04.2015)
Gruppe A

Das Kampfkunstzentrum Gerolsheim e.V. bietet ein Kindersicherheitsprogramm an, das in dieser Art im gesamten Rheinpfalz-Kreis nur in Gerolsheim unterrichtet wird!
Bei uns wird kindgerecht das richtige Verhalten bei Gefahrensituationen erklärt!

Wir fördern: Disziplin, Respekt, Koordination, Konzentration, Hilfsbereitschaft, Selbstwertgefühl, Ausdauer



KONZENTRATION • REAKTIONSVERMÖGEN • SICHERHEIT • KOORDINATION • DISZIPLIN • GESUNDHEIT

FÜR DIE GANZE FAMILIE

Karate für alle ab 8 Jahren
montags & mittwochs 18.00 - 18.45 Uhr
(Trainingsbeginn 27. + 29.04.2015)
Wiedereinsteiger sind jeder Zeit ab 18:00 Uhr willkommen!



Alle auf den Fotos dargestellten Karateka und E-DO-Schüler sind Mitglieder des Vereins. Sie zeigen realistische Trainingssituationen.

„WERDEN SIE WIEDER JUNG“ - FIT UND ATTRAKTIV!

Karate ab 45 und 55 Jahren
mittwochs 18.45 - 19.30 Uhr
(Trainingsbeginn 29.04.2015)



UNSERE LEHRER:



Dieter Ebner
7. DAN
(Shihan)

Tina
2. DAN
(Sensei, Gruppe A)

Bernd
2. DAN
(Sensei)

KARATESCHULE DES JAHRES - „Technik“
2012/13/14 Ausgezeichnet durch das Karatekollegium



UNSERE TRAINER:



Alexandra
1. DAN
(Sensei, Gruppe B)

Franz
1. DAN
(Sensei, Gruppe C)

Wolfgang
1. DAN
(Sensei, Gruppe D)



Elisa
1. DAN
(Sensei, Gruppe A)

Jochen

Romina
(Gruppe C)



Elke
(Gruppe B)

Mirela
(Gruppe D)

Wendy