

KARATE

GEFAHR ERKENNEN - ZIELSICHER REAGIEREN

SICHERHEIT FÜR IHR KIND

Karate für Minis von 5 bis 7 Jahren

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 und geübt!

Training: montags 17.00 - 17.45 Uhr

NEUER ANFÄNGERKURS AB 25.04.2016

(Begrenzte Anzahl an Plätzen verfügbar)

FÜR DIE GANZE FAMILIE

Karate für alle ab 8 Jahren

Wiedereinsteiger sind jederzeit ab 18:00 Uhr willkommen!

Training: montags & mittwochs 18.00 - 18.45 Uhr

WERDEN SIE WIEDER JUNG - FIT UND ATTRAKTIV!

Karate kann man mit jedem Alter beginnen!

Gerade auch für Senioren bietet Karate genau die richtige Mischung aus Konzentration, Bewegung und Dehnung um fit zu bleiben!

**INTENSIVER
AUSBAU VON STÄRKEN
UND FÄHIGKEITEN**



GEFAHR ERKENNEN - RICHTIG REAGIEREN

EFFEKTIV - DIREKT - OFFENSIV

SELBSTVERTEIDIGUNG

- Schnell zu erlernen
- Schutz für jedes Alter
- Verteidigungstechniken für jedermann
- Aufbau von Selbstbewusstsein und Körpergefühl
- Ängste und Aggressionen reduzieren
- Intuitives Reagieren bei Gefahrensituationen



für
FRAUEN / MÄDCHEN
und
MÄNNER / JUNGS
ab 12 Jahren

Training: montags & mittwochs 20.30 - 21.45 Uhr

UNSERE E-DO - LEHRER

Erwin
Übungsleiter und Lehrer

Dieter Ebner
Übungsleiter/Meister



E-DO

WING CHUN



SELBSTSCHUTZ SCHNUPPERSTUNDE

25. & 27.04. 2016

20.30 Uhr - 21.45 Uhr



DEIN WEG ZUR SELBSTSICHERHEIT

Design by:
derwerbeservice.de
professionell und preiswert

KARATE



SCHNUPPERSTUNDE

25. & 27.04. 2016

18.00 Uhr - 18.45 Uhr



**GEFAHR
ERKENNEN
ZIELSICHER
REAGIEREN
INTUITIV
HANDELN**

DEIN WEG ZUM SCHWARZEN GÜRTEL

KARATE

GEFAHR ERKENNEN - ZIELSICHER REAGIEREN

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

UNSERE LEHRER / TRAINER:

UNSER VEREIN STEHT FÜR:



KARATESCHULE DES JAHRES - SICHERHEITSPROGRAMM
2012/13/14/15 Ausgezeichnet durch das KarateKollegium



Dieter
7. DAN

Tina
2. DAN

Bernd
2. DAN



Alexandra
1. DAN

Franz
1. DAN

Wolfgang
1. DAN



Elisa
1. DAN

Jochen
1. KYU

Wendy
1. KYU



Romina

Alexander

Mirela