

Budo-Kai Bühlertal

空手道

Schnupper – Seminar Karate für Interessierte ab 14 Jahren

Der Budo - Kai Bühlertal bietet ab 10.März 2012 an drei Samstagen ein Einsteigerseminar für Karate an, das interessierten Neueinsteigern ab 14 Jahren einen ersten Einblick in unsere vielseitige Kampfkunst geben soll.

Karate ist

- eine Kampfkunst, die Körper und Geist schult, Disziplin und Selbstvertrauen entwickelt
- eine hocheffektive Selbstverteidigung für Frauen und Männer gleichermaßen
- eine dynamische Kampfsportart, die aus Schlägen, Stößen, Blocktechniken und Tritten besteht
- eine ausgezeichnete Methode den gesamten Körper zu trainieren

Das Schnupper – Seminar ist

- Wann? Ab Samstag, den 10. März 2012 ab 15 Uhr
- Wo? Budo – Kai Bühlertal e.V., Hauptstr. 145
- Mit wem? Mesut Akyildiz (2. Dan, Europameister 2002, 3. Platz Weltmeisterschaft 2007)
Nicki Gerstner (1.Dan)

Weitere Info und Anmeldung unter bei Seminarleitern oder unter www.budo-kai.de

Mesut Akyildiz
Tel. 0174 / 14 14 146

Nicki Gerstner
Tel. 07223 / 39 86

