

Karate Ü 40

Einsteigerkurs

ab Do., 6. September 2018

für Frauen und Männer ab 40 Jahre,
die an der japanischen
Kampfkunst interessiert sind und diese in ruhiger
Atmosphäre erlernen möchten

Trainingszeiten: immer Donnerstags 20⁰⁰ Uhr bis 21³⁰ Uhr

Kursdauer: 20 Trainingseinheiten

Kostenloses Probetraining ist bis 27.09.2018 möglich

Ihre Bedürfnisse sind unsere Argumente:

- Selbstverteidigung
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Fitness & Gesundheit
- Erhaltung und Wiedererlangung der Körperbeherrschung
 - Ausgeglichenheit
 - Vereinsleben

**Kursgebühr:
50,- EUR**

Shin-Zen Siegen e.V.

Oberer Hengsbacher Weg 80
57080 Siegen-Eiserfeld
www.shin-zen.de



Nähere Informationen
über den Kurs erhalten Sie
unter H. F. Seither (67 Jahre alt)
Tel.: 0173 - 2948247
(Vor Anmeldung erforderlich)