

KARATE DO

Kampfkunst - Körperschule - Selbstbehauptung



Karate Do für:

- Kinder ab 6 Jahren
- Jugendliche
- Erwachsene
- „Ältere“ 39+



Info:

Tel: 0531 / 28 76 81 08 oder 05306 / 91 23 32

www.shotokan-braunschweig.de

SHOTOKAN-Braunschweig

Der **SHOTOKAN**-Braunschweig e. V.

...bietet seit 1964 traditionelles **Karate Do** in Braunschweig und hat sich zum größten und erfolgreichsten **Karate-Dojo** entwickelt.

Das Angebot reicht von **Kindergruppen** ab 6 Jahren bis hin zu der Trainingsgruppe „39plus“ für **Senioren**.

Qualifizierte Trainerinnen und Trainer trainieren die unterschiedlichen Gruppen.

Neben dem wöchentlichen **Training** finden in unserem Verein zahlreiche **Veranstaltungen** bis hin zu **internationalen Lehrgängen** statt. Zu unserem Angebot gehört auch **Taiji Quan**.

Wir bieten regelmäßig **Anfängerkurse** für alle Altersgruppen an.

Karate Do

...bietet **Körperschulung** und **Fitness** vom Kopf bis zu den Füßen. Es schult **Atmung** und entwickelt die innere und äußere **Haltung**. Die **Stärkung** der **Selbstbehauptung**, auch für das tägliche Leben, ist ein weiteres Element des traditionellen Karatetrainings.

Unser Trainingsort ist die **Hans-Würtz-Schule** im **Bebelhof**, Zufahrt über die Schefflerstraße.

Probetraining ist selbstverständlich unverbindlich und kostenlos. Kommt einfach vorbei, einfaches Sportzeug reicht. Wir trainieren barfuß.

Kontakt: **SHOTOKAN**-Braunschweig

Wolfswinkel 5

38162 Cremlingen

☎ GS 05306 / 91 23 32 oder 0531 / 28 76 81 08

Du möchtest mehr über **Karate Do** und unser Dojo erfahren?

www.shotokan-braunschweig.de