

# KARATE DO

Kampfkunst - Körperschule - Selbstbehauptung



**Karate Do** für:

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



Info:

Tel: 0531 / 28 76 81 08 oder 0175 / 916 34 20

[www.shotokan-braunschweig.de](http://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. Wir haben das richtige Angebot für jeden. Von Kindergruppen ab 6 Jahren, bis hin zu Erwachsenengruppen, in denen sich Menschen jeden Alters wohlfühlen. Die jeweiligen **Gruppen** sind nach Alter und zusätzlich nach Erfahrung (Graduierung) geteilt und werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern trainiert. Neben dem wöchentlichen **Training** finden in unserem Verein zahlreiche **Veranstaltungen** bis hin zu **internationalen Lehrgängen** statt.

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 **Hal-tung**. 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

Klint 19

38100 Braunschweig

☎ GS 0175/916 34 20 oder 0531/28 76 81 08

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

[www.shotokan-braunschweig.de](http://www.shotokan-braunschweig.de)