

KARATE

空
手
道

Lerne dich zu wehren!
Selbstbehauptung, Fitness, Verteidigung mit Spaß !



Training:

Jeden Montag: Grundschulturnhalle Lamspringe

18.00 Uhr bis 19.30 Uhr (Kinder u. Erwachsene)

Jeden Donnerstag: Heberturnhalle (Oberschule) Lamspringe

17.00 Uhr bis 18.30 Uhr (Kinder)

18.30 Uhr bis 20.00 Uhr (Jugendliche u. Erwachsene)

Trainingsleitung: Christine Fehlig (1. DAN, C-Trainer-Lizenz)
und Jessica Schulze (1.Kyu)

Bitte bequeme Sportsachen (T-Shirt und Hose) und etwas zu trinken mitbringen.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, kommt einfach vorbei.

Wir freuen uns auf Euch!