

Karate für Neueinsteiger

von 14 bis 99 Jahre

Lehrprogramm: Bestehend aus 4 Modulen

Modul 1 – Grundtechniken (Kihon)

Samstag, den: 11.11.2017

10:00 - 11:30 Uhr

11:45 – 13:15 Uhr

Modul 2 – Die Form (Kata) und Anwendungen

Sonntag, den: 12.11.2017

10:00 - 11:30 Uhr

11:45 – 13:15 Uhr

Modul 3 – Partnertraining (Kumite)

Samstag den: 18.11.2017

10:00 – 11:30 Uhr

11:45 – 13:15 Uhr

Modul 4 – Wiederholung und Vertiefung der Module 1-3

Sonntag den: 19.11.2017

10:00 – 11:30 Uhr

11:45 – 13:15 Uhr

Ort: 91217 Hersbruck – Georg-Held-Str. 11

Veranstalter: Karate Centrum Hersbruck e.V.

Teilnahmekosten: 10,- € pro Tag - für Mitglieder kostenlos

Trainingskleidung: lange Jogginghose, T-Shirt, saubere Hallenschuhe o. barfüßig

Sonstiges: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Personen oder Sachschäden.