

# KARATE

...viel mehr als nur ein Sport!



**F.C. Dechsendorf e.V.**  
**Karate Abteilung**

## **Einsteigerkurs für Erwachsene Ü30 w/m**

**ab 29.04.2024**

### **Unsere Ziele:**

1. Erhalt und Ausbau der motorischen Grundfertigkeiten: wie Kraft, Koordination, Gleichgewicht und Beweglichkeit.
2. Die sozialen Aspekte des gemeinschaftlichen Trainings und außersportlichen Aktivitäten fördern.

**Dienstags, 20:00-21:15 Uhr**

**im Gymnastikraum des Vereinsheims**

**Die ersten 10 Trainingseinheiten sind Schnupperstunden**

**Fragen/Anmeldungen nehmen wir auch gerne telefonisch unter  
0172 / 844 7660 entgegen.**

**Weitere Informationen findet Ihr auf unserer Homepage:  
[www.goju-ryu-karate-erlangen.de](http://www.goju-ryu-karate-erlangen.de)**

**Dein Verein im Bayerischen Karate Bund e.V.**

Der Bayerische Karate Bund ist als offizieller Fachverband Mitglied in folgenden Organisationen

