



KARATE-DO GRAZ
SHOTOKAN

KARATE-DO GRAZ SHOTOKAN

Leitung: Mag. Gernot Riedl, 6. Dan im Österreichischen Karatebund
Stellvertretung: Dr. Ulrike Stelzl, 5. Dan

Sekretariat: Barbara Baumann | 8010 Graz, Schillerstraße 6
Tel.: 0316 / 38 68 73

Email: office@karate-do-graz.at | **Internet:** www.karate-do-graz.at

KARATE

Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene WINTERSEMESTER 2020

常に
思念
工夫
せよ



Inhalt: Erlernen der Grundlagen des Karate (Grundtechnik, Formen, Partnertraining, Selbstverteidigung); Schulung von Konzentration, Reaktion, Beweglichkeit und Körperbeherrschung; Vorbereitung auf die Gelbgurtprüfung

Zeit: Mittwochs, 18:00 - 19:45 Uhr (Der Kurs endet mit Schul-Semesterschluss)

Beginn: **Mittwoch, 16. September 2020**

Der Einstieg in den Kurs ist bis Mitte Oktober möglich. Diese ersten Trainings können als "Schnuppereinheiten" genutzt werden.

Keine vorherige Anmeldung erforderlich - einfach hinkommen!

Ort: Turnhalle der Volksschule Graz-Nibelungen (Nibelungengasse 18-20, 8010 Graz)

Kosten: € 150,- für den gesamten Kurs/Person (ca. 20 Trainings)

Familienermäßigung: weitere Familienmitglieder zahlen nur die Hälfte!!

Leitung: Mag.Gernot Riedl | 6. Dan Shotokan | staatlich geprüfter Trainer

Bitte bequeme
Sportkleidung
mitbringen!

