

Karate ***& Selbstverteidigung***

Am **Sonnabend, den 18.1.20** können interessierte Jugendliche und Erwachsene in der **Sporthalle Friedrichstraße 10a** Karate kostenlos kennenlernen.

Von **11:00–12:30 und 14:00-15:30 Uhr** mit dazwischenliegender Erholung und Verpflegung wird Shotokan Karate in seinen Grundzügen und Zielen von Schülern und Meistern des Karate Dojo Lehrte erklärt, vorgeführt und geübt.

‘Zu alt’ oder ‘zu unsportlich’ sind keine Hinderungsgründe. Geübt wird ohne Trefferwirkung, barfuß in lockerer Sportkleidung.

Anmelden und weiter informieren kann man sich unter der Rufnummer 0177-4307478 und unter

www.karate-dojo-lehrte.de

