



KARATE TREIBE SPORT **LERNE DICH ZU VERTEIDIGEN!**

LEHRGÄNGE für NEU - EINSTEIGER

für **ERWACHSENE** donnerstags, 20 - 21.30 Uhr (ab 19. Jan. 2012)
in der Gymnastikhalle der Freih.-v.-Steinschule -gegenüber Museum-

KARATE ist eine alte Kampfkunst und eine erstklassige, effektive **Selbstverteidigung**

Ausrichter: Karate Verein SHOTOKAN Hildesheim e.V.

Nur Sportzeug mitbringen – 2x Probetraining (kostenlos)

Der Kursus dauert etwa 18 Trainingsabende und endet mit einer Gürtelprüfung (keine Pflicht) Danach kann jeder entscheiden, ob er in den Karate Verein Shotokan Hildesheim e.V. eintreten möchte oder nicht (Kurskosten 80 € -einschließlich Karateausweis- **oder** in den Verein Shotokan e.V. eintreten für 15 € mtl. + einmalig 20 € für Ausweis. Kündigung ist jeweils zum Quartalsende möglich)

Weitere **I N F O**:

Bernd Schäfer Tel. 262743 – Fax: 982728 -email: bernd.schaefer@htp-tel.de
oder Internet: www.shotokan-hildesheim.de
www.karate-hildesheim.de