



KARATE ANFÄNGERKURS

*Montags, 17-18 Uhr, VS Herrenried
Freitags, 16:30-17:45 Uhr, VS Markt*

Training für Kinder ab 6, Jugendliche und Erwachsene
Kursbeginn: 2. März / 2 x gratis Schnuppertraining

Selbstverteidigung

Der Ursprung und das Ziel des Karate ist die Selbstverteidigung. Ein regelmäßiges Training formt einen starken Charakter und wer mutig und selbstbewusst auftritt wird oftmals gar nicht zum Ziel von Aggressionen.

Respektvoller Umgang

Karate beginnt und endet mit einer Verbeugung. Höflichkeit und der achtsame Umgang mit dem Übungspartner sind in dieser Kampfkunst unerlässlich.

Körper & Geist

Das Training fördern die Konzentrations- und Koordinationsfähigkeiten und die Entwicklung eines guten Körpergefühls. Ein Karateka arbeitet nicht nur an der perfekten Technik, sondern lernt zudem seinen Geist unter Kontrolle zu halten.

松涛館

SHOTOKAN



空手道

KARATE-DO

Der Shirasagi Karate Klub Hohenems ist Mitglied beim Traditionellen Karate Verband Vorarlberg (tkvv.at) und dem Österreichischen Traditionellen Karate Verband (oetkv.at).

Wenn du im Vorfeld Fragen hast, kannst du dich gerne bei mir melden. Clea Rüdissler: 0650 2482437