



Einladung U10 / U12 Nachwuchstraining 2022

- Ort:** Karatehalle im Olympiazentrum Vorarlberg
Höchsterstraße 82, 6850 Dornbirn
- Datum:** Samstag, 11. Juni 2022
Samstag, 03. September 2022
Samstag, 08. Oktober 2022
Samstag, 12. November 2022
Samstag, 10. Dezember 2022
- Uhrzeit:** 10:00 – 11:30 Uhr
- Trainerinnen:** Tamara Seiwald Bianca Ritter
Julia Gantner Dilek Can
- Trainingsziel:** Freude am gemeinsamen Training mit anderen Vereinen. Koordination, Kraft, Ausdauer und Kondition sollen geschult, verbessert & erlernt werden. Das ganz natürlich auf spielerische Art und Weise
- Mitzubringen:** Sportkleidung (Shirt + Trainingshose), Trinkflasche
KEINEN Karate Anzug, KEINE Schutzausrüstung