



Karate



Anfängerkurs für Erwachsene in Böhmfeld

Der FC Böhmfeld startet einen Anfängerkurs für Männer und Frauen jeden Alters.

Start:/Info: **Donnerstag, 14. Jan. 2016, 20:00 Uhr**
Ort: **Schulturnhalle Böhmfeld**

Trainingsinhalt: Nicht Wettkampf-/Leistungstraining steht im Vordergrund, sondern Traditionelles Karate-Do, ergänzt durch Elemente aus Chigong, TaiChi und Kobudo.

Mitten im Leben – sein Inneres finden und bewahren.
Bewusst den Körper wahrnehmen. Energieentfaltung,
Stressbewältigung. Den Geist zur Ruhe kommen lassen.
Karate ist ein idealer Ausgleichssport bis ins hohe Alter.

*Auch der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt.
Tun Sie ihn! – Wir freuen uns auf Sie.*

Manfred Wild Tel.: 08406/91267

