

# WEITRAUM

## Karate !?

### Was ist das?

Eine Jahrhunderte alte Selbstverteidigung mit einem hochentwickeltem Trainingssystem.

### Was hat man davon?

- Stärkung des Selbstbewußtseins durch Einzel- und Gruppentraining
- Gezielte Gymnastik, Erlernen von Techniken die dazu dienen können, Leib und Leben zu schützen.
- Sportliche Erfolge
- Kennenlernen anderer Stilrichtungen

### Wer kann Karate betreiben?

In unserem Verein kannst du mit fast jeder Konstitution in freundlicher Atmosphäre inmitten Gleichgesinnter Karate erlernen, -und das in fast jedem Alter. In der Regel schon ab 8 Jahren.

### Was braucht man dazu?

Einen Karateanzug, am Anfang nur normale Sportsachen.

### Was kostet das?

Das eingeschränkte Probetraining ist kostenfrei. Später wird dann der normale Vereinsbeitrag fällig.

### Wie fängt man an?

Mit Probestunden unter Anleitung qualifizierter und erfahrener Karateka, denen ein Einzel- oder Gruppentraining zugrunde liegt.

Mehr: [karate-nordhorn.de](http://karate-nordhorn.de)

Tel.: 05921.713 9189