

Kompakt-Info's zum Anfänger-Kurs

Der Sauensieker Sportclub startet wieder einen Einsteiger-Karate Lehrgang für Erwachsene:

Erster Termin: Do. 5. Sept. 2024

Kursdauer: 10x immer
donnerstags

Beginn: 19:00 Uhr
(bis 20:30 Uhr)

Ort: Sporthalle / Schulzentrum
Soltacker 5, 21641 Apensen

Kosten: 50,- Euro
(2 Abende zum Kennenlernen kostenfrei,
keine Mitgliedschaft im Verein erforderlich)

Trainer: Dirk Mattick
(3. Dan Shotokan)

Mitzubringen sind: einfache Sportsachen
(Trainingshose & T-Shirt, trainiert wird barfuss)

Trainingsinhalt: Karate-
Grundtechniken
Fitness, Selbstverteidigung

Anmeldung: per E-Mail (s-u.)
oder Telefon 04169-1366

Anmeldeschluß: Mo. 2. Sept. 2024

Kontakt:
info@sauensieker-sportclub.de
Telefon: 04169-1366

