



Karate.Anfängerkurs.Online für 8 bis 88 Jahren

Start: 07.02.2021

Wann: Sonntags 10 Mal

Von: 16.30-18.00 Uhr

Wo: vor dem Bildschirm

Ungewöhnliche Zeiten lassen uns kreativ werden. Du wolltest schon lange mal was Neues ausprobieren? Dann sei dabei, wenn unsere Online- und unsere Anfängerkurserfahrung verschmelzen. Dir werden die Grundlagen des Karate beigebracht. Karate ist ein effektiver Gesundheitssport, welcher dank seiner Vielfältigkeit auch online trainiert werden kann. Das Training leitet Rudolf Preuß, 5. Dan. Shotokan Karate, er ist Kata- Landestrainer in Niedersachsen mit Trainer B Schein Leistungssport und Physiotherapeut. Dein Vorteil ist die räumliche Unabhängigkeit. Anders als bei Trainingsvideos gibt es eine live-Korrektur. Du brauchst nur ca. 2m² Platz und bequeme Kleidung.



Die Gebühr beträgt 60€ für Nichtmitglieder 30€ für Mitglieder. Diese überweist ihr bitte auf das Konto **IBAN DE 70 2075 0000 0007 0048 80** des TSV Winsen.

Verwendungszweck ist:

Karate Anfängerkurs 2021 und dein **Vor- u. Nachname**.

Eine **E-Mail mit Vor- u. Nachnamen** für deinen Zugang zum Karate- Training sendest du an **dojo-preuss@gmx.de**.

Du bekommst den Link dann ca. 3 Tage vor deiner ersten Karate- Einheit. Mehr Info s findest du auf

www.karatedojowinsen.de