

# KARATE

## neuer Anfängerkurs

für Erwachsene – 2x kostenlos Schnuppern

**Erwachsene:** ab **30.08.** mittwochs 19.00 – 20.15 Uhr  
ab **01.09.** freitags 18.40 – 20.00 Uhr

Einstieg die ersten 3 Wochen, (10 Min. vorher hier sein, Sporthose & T-Shirt, barfuss)

Karate-Kid's ab 7 J.: Di. & Do. 16.30 – 17.30 Uhr

Karate-Bonsai ab 3½ - 6 J.: Do. 16.30 – 17.30 Uhr

Einstieg bei Kindern & weiteren Kursen (Yoga, Tai-Chi / Qi-Gong, Tae-Bo, BOP, Pilates, Rückentr....) jederzeit.

**K-375655 0179-7049023**

**www.shintai.de**

**oder einfach kommen**

