



Karate Dojo Rüsselsheim

Karate für Jugendliche ab 13Jahre,

Dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr, Borngrabenschule / Im Apfelgarten 3
Donnerstag, 18:30 – 20:00 Uhr, Borngrabenschule / Im Apfelgarten 3



- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Fitness und Gesundheit
- Selbstverteidigungstechniken beherrschen
- Entwicklungschancen zum Wettkampfsport (keine Pflicht)
- Vermittlung der Selbstbehauptung
- Trainieren mit Spaß und Freude aber auch mit Respekt und Fairness

Selbstvertrauen entwickeln und stärken !!!

Facebook: [Karate Dojo Rüsselsheim e.V.](#) ; Instagram: [karatedojo.ruesselsheim](#) !!!
Kontakt : Service@karate-ruesselsheim.de Homepage : www.karate-ruesselsheim.de ;
Mitglied im deutschen Karate Verband und Deutschen Olympischen Sportbund