

# KARATE

## neuer Anfängerkurs

für Erwachsene – 2x kostenlos Schnuppern

**Erwachsene:**      ab **31.01.** mittwochs      **19.00 – 20.15 Uhr**  
                                 ab **02.02.** 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](http://www.shintai.de)      oder einfach kommen**

