



古流中道會

Karate-Dojo Fritzlar e.V.



Trainingszeiten

Kindertraining (8-12 Jahre)

Donnerstag, 15.30 – 17.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Ralf)

Donnerstag, 17.30 – 19.30 Uhr, Turnhalle der AFS, Gymnastikhalle (Stephan)

Training der Jugendlichen und (meist jüngeren) Erwachsenen

Dienstag, 18.30 – 20.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Achim: Koryu Uchinadi)

Dienstag, 20.00 – 21.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Achim: **Kobudo**/Waffentraining Fortgeschrittene, ab 18 Jahren)

Mittwoch, 18.30 – 19.30 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Achim: **Kobudo**/Waffentraining Basics, ab 18 Jahren)

Donnerstag, 18.30 – 20.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Achim: Koryu Uchinadi)

Donnerstag, 20.00 – 21.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Achim: **Kobudo**/Waffentraining Fortgeschrittene, ab 18 Jahren)

Training der Jukuren – Gruppe (Erwachsene ab 30 Jahren)

Mittwoch, 18.30 – 19.30 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (freies Training)

Mittwoch, 19.30 – 21.00 Uhr, Gymnastikhalle der Berufsschule (Sigrid: Shotokan)

Kursangebote

Donnerstag, 18.30 – 20.00 Uhr, Turnhalle der Anne-Frank-Schule, Halle 1 (U.g. Kurs wird gesondert ausgeschrieben.)

G.U.T.-Kurse „Wieder gut bewegt“ und präventives Gesundheitstraining

Unser ausgezeichnetes Präventionssportangebot für Erwachsene. Unregelmäßig als 10-wöchiger Kurs. Konkreten Termin bitte nachfragen.



Kosten

Kinder 5-12 Jahre 10,00 €/Monat

Jugendliche ab 13 Jahren 13,00 €/Monat

Erwachsene ab 18 Jahren 18,00 €/Monat

Info

www.karate-fritzlar.de

Achim und Sigrid Engewald: Tel. 05622-930296

Stephan Ullrich: 0162-7654433

Dr. Ralf Czipri: 0170-3416450