

# 空手道

Karate Do



Die Karate-Bonsai starten!  
Wann kommst du?

[www.karate-dojo-ueberlingen.de](http://www.karate-dojo-ueberlingen.de)

**Neuer Anfängerkurs  
für Kinder von 4 - 6 Jahren**

**Beginn: Donnerstag, 11.10.2018**

**Training: 15.00 - 16.00 Uhr**

**KARATE DOJO**



**SEIT 1975**

**ÜBERLINGEN**

Wir trainieren barfuß in einfacher Sportbekleidung und freuen uns auf dich!

Karate Dojo Überlingen  
Haus der Vereine  
Langgasse 5  
88662 Überlingen

# 空手道

Karate Do

Im Vordergrund stehen hier unter anderem:

- Ich-Stärkung
- Akzeptieren von Grenzen
- Schulung motorischer Fähigkeiten (Körperspannung, Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit)
- Koordination
- Konzentration

Dieser Kurs wird von Sonja Lammers geleitet, selbst eine erfahrene Karateka in unserem Dojo und ebenfalls Mutter.

Bitte beachten Sie, dass für diesen Kurs eine vorherige Anmeldung per Mail an [lammerssonja@web.de](mailto:lammerssonja@web.de) erforderlich ist.

Wo? Im Karate Dojo Überlingen – Langgasse 5 (ehemaliges Telekomgebäude) in Überlingen.

## Die Karate-Bonsai starten! Wann kommst du?

[www.karate-dojo-ueberlingen.de](http://www.karate-dojo-ueberlingen.de)

### Neuer Anfängerkurs für Kinder von 4 - 6 Jahren

Beginn: Donnerstag, 11.10.2018

Training: 15.00 - 16.00 Uhr

KARATEDOJO



SEIT 1975

ÜBERLINGEN

Wir trainieren barfuß in einfacher Sportbekleidung und freuen uns auf dich!

Karate Dojo Überlingen  
Haus der Vereine  
Langgasse 5  
88662 Überlingen