



**KARATE-DOJO**  
Offenburg e.V.  
seit 1973

## Neue Einsteigerkurse!

16. April 2018

17. September 2018

14. Januar 2019

Wir sind am  
17. + 18. März 2018  
auf der Messe Balance  
in Offenburg!



Bewegung

Martial Arts

Kraft

Mental Health

Making Friends

Stärke

Effektive  
Selbstverteidigung

Ausdauer

Beweglichkeit

Selbstbewusstsein

Energy

Fun

Physical Health

Koordination



**KARATE-DOJO**  
**Offenburg e.V.**  
seit 1973

**1973–2018**

**45 Jahre Karate  
in Offenburg**

## **Für jedermann und jedes Alter**

- ...fördert die Konzentration
- ...stärkt das Selbstbewusstsein
- ...verbessert die Fitness
- ...trainiert Selbstverteidigung,  
Beweglichkeit und Schnelligkeit

## **Einsteigerkurse 2018/19**

für Kids und Erwachsene

Montag, 16.04.2018

Montag, 17.09.2018

Montag, 14.01.2019



### **Trainingsort und -zeiten**

Geschwister-Scholl-Sporthalle,  
Offenburg

### **Kinder/Jugend**

Mo 19:00–20:00 Uhr

Do 18:30–19:30 Uhr

### **Erwachsene**

Mo 20:15–21:45 Uhr

Do 19:30–20:30 Uhr

### **Informationen**

Josef Sandhaas, 0172/7 89 70 39

Ralf Schneider, 0781/9 19 78 18

info@karate-dojo-offenburg.de