

Wir schenken Dir ein zwei Wochen langes kostenloses Karate und Fun-Fighting Training

Unser Sport bietet Dir Fitness, Spaß und
Selbstbestätigung, erlernbar in jedem Alter
Interessiert? Dann wollen wir sofort damit beginnen!

Wo? Natürlich bei der Budo Akademie Dorum e.V.

**In 27632 Dorum, Dreifachsporthalle
des Schulzentrums Dorum, Alsumer Str. 15**

Jeden Montag

Karate für Kinder u. Schüler	ab 17:30 Uhr
Karate für Jugend u. Erwachsene	ab 18:30 Uhr
Fun Fighting	ab 18:00 Uhr

Jeden Freitag

Karate für Kinder u. Schüler	ab 18:00 Uhr
Karate für Jugend u. Erwachsene	ab 19:00 Uhr
Fun Fighting	ab 18:00 Uhr

**In 27578 Bremerhaven-Königsheide, Sporthalle
der Fritz-Husmann-Schule, Debstedter Weg 84**

Jeden Freitag

Karate für Kinder u. Schüler	ab 18:00 Uhr
Karate für Jugend u. Erwachsene	ab 19:00 Uhr

**In 27632 Cappel, Sporthalle neben dem Gemeindebüro
Mühlenstr. 11**

Jeden Dienstag

Karate für Kinder, Schüler und Jugend	ab 17:00 Uhr
---------------------------------------	--------------

INFO: Telef. und Fax: 0471 – 41 26 37
E-Mail: webmaster@karate-bad.de
Internet: www.karate-bad.de



FITNESS-START -
für alle, die richtig beginnen wollen!

Und das geht so: Einfach den
beiliegenden Handzettel ausfüllen
und mit zum Training mitbringen.
Machen Sie von unserem Angebot
gebrauch und probieren Sie beide
Sportarten aus.

**KARATE: Karate ist Fitness, Spaß
und Selbstschutz, erlernbar in
jedem Alter.**

**Wir trainieren Shotokan-Karate,
dass Karate der alten Meister.**

Chefausbilder:

Bernhard Keller, 7.DAN Karate-Do,
international anerkannter
Karatemeister und einer der höchsten
JKA-Repräsentanten in Europa.
(JKA = Japan Karate Association:
JKA-Weltorganisation mit Sitz in
Tokio, die die international
anerkannten Karatemeister ab
1. DAN in ihrer DAN-Rolle registriert).

**FUN FIGHTING: Fun Fighting ist
ein vielseitiges aerobes
Trainingsystem, das Elemente
aus Karate, rhythmischer
Sportgymnastik und Aerobic
verbindet.**

FUN FIGHTING`s dynamische
"Low Impact" Bewegungen sind
sicher und für jeden nachvollziehbar
und machen viel Spaß.

Ähnliche Angebote werden
bundesweit mit Erfolg unter den
Bezeichnungen: Kara-T-robics, Box-
T-Bo, Kick-Bo, Tae-Bo, Thai-Bo,
Thei-Bo, Thairobics usw. angeboten.
Trainerin:

**Dina Keller, Diplom-Sportlehrerin,
3. DAN Karate, Europameisterin** in
der rhythmischen Sportgymnastik,
mehrfache Nationalmeisterin,
ehemalige Trainerin an der
Olympiavorbereitungsstätte in
Ryazan/Russland.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen
zu dürfen!



Bernhard Keller
Chiefinstructor



Zwei Wochen kostenloses Karate und Fun-Fighting Training für:

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

Bei Kindern bitte angeben

Beginn/Datum: _____

E-Mail: _____

Bitte bei Ihrem Übungsleiter abgeben!

Für jeden Teilnehmer ist der Gutschein nur einmal gültig