



KONZENTRATION - KÖRPERBEHERRSCHUNG - BEWEGLICHKEIT - KONDITION - RESPEKT - GEDULD - INNERE RUHE - WOHLBEFINDEN - KOORDINATION -



Karateclub Kyokujitsu Laupen  
Traditionelles Karate-do seit 1986

# KARATE-DO Anfängerkurs 2016

Kinder ab 1. Klasse & Jugendliche

27.10.2016 - 19.01.2017

jeden Donnerstag

18.15 - 19.15

Trainingsort:

Turnhalle Primarschule

Buchstr. 10, 3203 Mühleberg

Kursgebühr: Fr. 120.-

(Fr. 100.- für jedes weitere Familienmitglied)

Gratis Schnuppertraining am ersten Kurstag

空手道

Erwachsene

25.10.2016 - 20.01.2017

Dienstag und Freitag

19.30 - 21.15 Uhr



Weitere Informationen unter [www.karate-laupen.ch](http://www.karate-laupen.ch)  
oder bei Hubert Schölller: 079 375 35 37

...der Weg der leeren Hand...

GESCHMEIDIGKEIT - PHILOSOPHIE - DISZIPLIN - BEHÄRRLICHKEIT - BEWAHRUNG DER FRIEDLICHKEIT - VERMIDLUNG

BEWEGUNG - KRAFT - HALTUNG - SELBSTVERTRAUEN - DER WEG ALS ZIEL - GEIST - GEMEINSCHAFT