# Karate-Training für Erwachsene

Karate-Dôjô Mukinshôri
無近勝利
FSC Erlach e.V.

JETZT ANMELDEN!

FSC Erlach e.V.

## NEU im Trainingsangebot des FSC Erlach e. V.

Karate ist eine ganzheitliche Bewegungslehre. Wir lehren und erlernen die Schlag-, Tritt- und Blocktechniken des JKA-Karate (Japan Karate Association). Unsere Stilrichtung nennt sich »Shôtôkan«. Durch unser Training werden Körperkontrolle, Kondition und Konzentration geschult. Mit stabilen Karate-Stellungen entwickeln wir ein gutes Körpergefühl. Deine Beweglichkeit und Deine körperliche Fitness werden sich ebenso spürbar verbessern!

Karate ist weit mehr als nur ein Kampfsport! Du lernst in unserem Training ebenso die philosophischen Aspekte dieser Kampfkunst kennen und schätzen. Hierzu gehört auch das Entwickeln mentaler Stärke.

Für eine Teilnahme an unserem Training brauchst Du keine Vorkenntnisse oder bestimmte körperliche Voraussetzungen. Unsere Übungen sind so aufgebaut, dass Erwachsene in jedem Alter in der Lage sind sie nachzumachen. Ob Du erst Anfang 20 bist oder schon Deinen 50. Geburtstag gefeiert hast – Wir heißen alle Altersgruppen herzlich bei uns willkommen und versprechen Dir spannende Einblicke in die Kampfkunst Karate. Es gibt in unserem neuen Trainingsangebot sehr viel Neues für Dich zu entdecken und auszuprobieren! Wir trainieren am Dienstagabend von 19.00 bis 20.30 Uhr!

Trainingsleiter

### John Görmann

- 5. Dan Shôtôkan-Karate
- DJKB-Prüfer (B-Lizenz)
- Karate-Trainer seit 1998

***Karate-Trainer mit Leib & Seele***

*Gründer und Trainer unseres Karate-Dôjô »Mukinshôri« ist John Görmann aus Renchen. John ist Karate-Trainer mit Leib & Seele. Im September 2009 hat er unser Mukinshôri-Dôjô unter dem Vereinsdach des FSC Erlach ins Leben gerufen.*

Wenn Du dabei sein möchtest, bitten wir um Deine telefonische Anmeldung (Tel. 07843/994188) oder über unserer Homepage (www.karate-erlach.de).
Wir freuen uns auf Deine Teilnahme!

無近勝利

**John Görmann**
*Karate-Dôjô Mukinshôri*

***Karate-Dôjô »Mukinshôri« · Tel. 07843/994188 · www.karate-erlach.de · Jetzt anmelden!***