



### Neuer Anfängerkurs Karate für Jugendliche beim TSV Oberriexingen.

Hast Du Lust einmal eine andere Sportart auszuprobieren?

Wir bieten Dir einen Einblick in das traditionelle Karate und die Möglichkeiten der praktischen Anwendung des Gelernten.

Der Kurs vermittelt speziell Inhalte für Jugendliche im Alter von 13 - 18 Jahren.

#### Wir trainieren

Einfache Techniken aus dem Karate  
Möglichkeiten der Selbstverteidigung  
Simulation von realistischen Situationen,  
Vermeidung von Konflikten  
Partnerübungen und Pratzentraining  
Power-Einheiten

#### Was sind die Voraussetzungen?

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.  
Mindestalter 13 Jahre.

<http://www.tsv-oberriexingen.de/WP/karate/>

<https://www.facebook.com/KarateOri-111907543691592>

#### Wie läuft der Kurs ab?

Wir trainieren 10 Einheiten, jeweils Donnerstags von 18.00 Uhr - 19.15 Uhr.

Danach ist die Teilnahme am regelmäßigen Jugendtraining im TSV Oberriexingen möglich.

#### Kosten

Der Kurs kostet 25€  
Mitglieder des TSV Oberriexingen 15€.

#### Kleidung

Normale Sportbekleidung und Hallenschuhe sind ausreichend.

#### Kursbeginn

Do, 05. März 2020 - 18:00 Uhr in der Sporthalle Oberriexingen

#### Ansprechpartner

Uwe Gebhardt  
Kursleiter  
Tel. 07042 13644, abends

Gergely Südi  
Trainer

