Selbstbewusstsein durch Selbstbehauptung & Selbstverteidigung
für Erwachsene

Unter Anleitung erfahrener Karatetrainer werden Selbstverteidigungstechniken gegen Schlagen, Treten, Würgen, Stock- und Messerattacken und anderen möglichen Angriffen gelehrt. Unser Schwerpunkt ist das Erlernen und Trainieren von Strategien zur alltagstauglichen Selbstverteidigung auf Grundlage des klassischen Karate.

Trainingszeiten:

Dienstag und Mittwoch	19:30 - 21:00 Uhr
Freitag	18:30 - 20:00 Uhr

Vereinsbeitrag: 8,00 € monatlich

Trainingsort:

Gymnastikhalle
Städt. Realschule, Frankenstraße 62
Eingang Leostraße, 41462 Neuss

Ansprechpartner:

Ludwig Binder 6. DAN Karate
Selbstverteidigungslehrer DKV
Karate@Binder-Neuss. de
Handy: 0163-6074483

Peter Simons 4. DAN Karate
Leistungstrainer DKV
Mail: simpet4@web.de

Weitere Informationen vor oder nach dem Training möglich!
Das Trainerteam:
L. Binder, F. Klosa, C. Neumann, M. Rohde, J. Rositzka, P. Simons

Kommen - probieren - bleiben

KSK Konkordia Neuss – Abteilung Karate - Sakura Dojo
Mitglied im
Landessportbund - Deutscher Karate Verband
Karate Dachverband NRW
www.sakura-dojo-neuss.de