



Ab 08. September neue Kurse!

KARATE

Turnhalle der DBS

Mi: 18:00 – 19:15 Uhr (Anfänger)

Kinder & Jugendliche ab 5 Jahre

Mi: 19:00 – 20:15 Uhr (Anfänger)

Kinder, Jugendliche, Erwachsene & Späteinsteiger

Mi: 19:15 – 20:30 Uhr (Anfänger & Fortgeschrittene)

Alle Gruppen

Individuelle Prüfungsvorbereitungen auf Anfrage



SPORT & SELBSTVERTEIDIGUNG

SELBSTBEHAUPTUNG

Trainingsprogramme speziell für Kids
Selbstverteidigung im Notfall
Vertrauen auf die eigenen Stärken

WERTEVERMITTLUNG

Respektvoller Umgang mit anderen

SPASS & BEWEGUNG

Gezielte Förderung des Bewegungsdranges

Euer Bushido-Team:

M. Emmerich 0175 176 16 76

F. Hellmann 0152 338 111 62

J. Busse 0152 043 418 57

JETZT EINSTEIGEN!

