



**Karatedo ist Bewegungsmeditation, Körperschulung und die Kunst der Harmonie zwischen Körper und Geist. Karatedo ist aber auch die hohe Schule der Selbstverteidigung, die man auf dem Weg der Selbstbeherrschung und Disziplin erlernt.**

Das Training fördert die Konzentration, Körperhaltung, Geschicklichkeit, die Ausgeglichenheit und ist nicht wettkampforientiert. Ein starkes Ganzkörpertraining, das den Willen und das Durchhaltevermögen fördert - für Klein und Groß!

## **Kinder- und Jugend Frühjahrskurs 2025**



**Startdatum Herbstkurs 2025: 16. September**

Anmeldungen sind ab sofort und nur bis zu einer bestimmten Teilnehmerzahl möglich!

Mehr Informationen auch zu unseren Erwachsenenkursen unter: [www.doshinkan-hanshimasako.com](http://www.doshinkan-hanshimasako.com)

