

## Termine/Ort

**Erwachsene/Senioren;  
Jugendliche**  
Montags und Donnerstags  
ab 13. Januar 2020; 19:30 – 21:00

**Kinder (8-14 Jahre):**  
Donnerstags,  
ab 16. Januar 2020; 18:00 – 19:15

Jeweils bis zu den Sommerferien

**Ort:**  
Max von Laue Gymnasium,  
Südallee 1, 56068 Koblenz

## Kosten

Nach der 4. Teilnahme erfolgt die  
Anmeldung für **90 € (ab 14  
Jahren)** oder **60 € (Kinder)**.

Mit der Anmeldung erfolgt der  
Vereinsbeitritt.

## Informationen

**Informationsveranstaltung:**

**09. Januar 2020; 18:00 – 19:00**  
Sporthalle Max-von-Laue Gymn.

**Persönlich:**  
**Jürgen Hinterweller**  
Tel.: 02625/820081  
Mobil: 0175 222 6138  
**Henning Thiele**  
Mobil: 0177 543 77 48

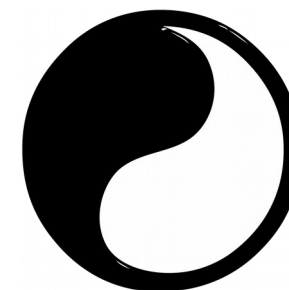
**E-Mail:**  
[karate-koblenz@web.de](mailto:karate-koblenz@web.de)

**Im Internet:**  
[www.karate-koblenz.de](http://www.karate-koblenz.de)



# Karate-Dojo Koblenz

**Karate**  
**Anfängerkurs**  
**Kinder/Jugendliche**  
**Erwachsene/Senioren**



**Fit und selbstbewußt  
mit  
Shotokan-Karate**

## Das Dojo

Das Karate-Dojo betreibt seit 1967 als Mitglied des **DJKB** (Deutscher JKA-Karate Bund e.V) und des **Sportbundes Rheinland-Pfalz** klassisches Karate in Koblenz.

Sensei (Leiter) des Dojo ist **Jürgen Hinterweller (6. DAN)**.

Die Trainer sind vom DJKB ausgebildet und haben langjährige Erfahrung.

## Worum geht es?

Karate bietet eine Mischung aus Selbstverteidigung und Kampfsport, aber auch die Schulung von Körper und Geist.

Neben der körperlichen Leistungsfähigkeit werden ebenfalls Selbstbewusstsein, Selbstachtung und Konzentrationsfähigkeit gefördert –

**in jedem Alter !!!**

## Ziele

Ziel ist es die **Karategrundlagen** zu erlernen und die **Basisfitness** aufzubauen, die nötig ist, um nach Abschluss des Lehrganges in den jeweiligen Gruppen des Vereins weiter zu trainieren.