



Kumite-Training

Force = Kraft, Energie, Wirkung

An jedem **4. Sonntag im Monat** von **11:00 – 12:15 Uhr** findet in Bonn-Beueler Karate Dojo ein intensives **Kumite-Training** statt (kostenfrei). Jeder der daran teilnehmen möchte, sollte ein gewisses Maß an Fertigkeiten und Freude am Randori vorweisen. **Teilnahme ab 5. Kyu.**

Wir empfehlen jegliche Art von Schützern (Faust, Fuß- und Schienbein, Brustschutz bei Frauen, Tiefschutz bei Männern, und wer hat einen Zahnschutz). Grundsätzlich geht es jedoch so zu, dass kontrolliert trainiert wird und möglichst niemand verletzt wird.

Die Leitung der Trainingseinheit übernimmt Martin Matheis.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und intensiven Austausch.

Adresse der Schule: Kastellstr. 31, 53227 Bonn

Parkplätze für Autos: Am Magdalenenkreuz 8, 53227 Bonn-Beuel

Halle ist auf dem Gelände der Gottfried-Kinkel-Grundschule Oberkassel,
Untere Halle

Kontakt: Karate-Bonn-Beuel@gmx.de ; www.Karate-Bonn-Beuel.de ;

Tel.: 0175 / 513 40 68