



**Ausdauer Kräftigung Beweglichkeit Konzentration Selbstverteidigung**



## **KARATE ab 30 im SSC-Dodesheide**

<b>Zeit:</b>	donnerstags von 19.00 bis 20.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Gymnastikhalle der Heilig-Geist-Schule Reinhold-Tiling-Weg, Osnabrück
<b>Sportkleidung:</b>	normales Sportzeug
<b>Trainer:</b>	Hans Haina, 2.Dan, Tel. 05404/6683
<b>Gesamtleitung:</b>	Christoph Weiß, Tel. 0541/89699
<b>Probetraining:</b>	kostenlos nach Anmeldung
<b>nächster Kurs:</b>	ab 12.11.2009 5 mal 10,-- Euro
<b>weitere Infos:</b>	<a href="http://www.karate-osnabrueck.de">www.karate-osnabrueck.de</a>

