



# Sportgemeinschaft Siemens Erlangen Karate e.V.



## KARATE ANFÄNGERKURS ERWACHSENE



- Sie hatten schon immer Lust, eine asiatische Kampfkunst zu erlernen?
- Sie möchten gerne eine neue Sportart ausprobieren?
- Sie sind zwischen 16 und 70 Jahre alt?

**Dann nehmen Sie doch einfach unverbindlich und kostenlos  
an vier Probetrainings-Einheiten teil !**

Seit über 25 Jahren betreiben wir traditionelles japanisches Shotokan-Karate und bieten:

- Spaß und Freude an der Bewegung mit Fokus auf Koordination und Kondition
- Training in kleinen Gruppen
- Engagiertes, qualifiziertes und lizenziertes Trainerteam
- Breitensport (kein Wettkampf)

Was müssen Sie mitbringen:

- Neugierde und Motivation
- bequeme Sportklamotten (wir trainieren barfuß)
- Auch Wieder-Einsteiger sind bei uns natürlich jederzeit willkommen

Wann und wo:

- Das Anfängertraining findet **Montags 19:30 – 20:45** statt, **Einstieg ist jederzeit möglich**
- Ort: Siemens Sportgelände, Komotauer Straße 2-4, Erlangen, Sporthalle A

**Melden Sie sich am Besten sofort an** unter: [info@sgs-erlangen-karate.de](mailto:info@sgs-erlangen-karate.de)

(Vor Anmeldung erforderlich, um reibungslosen Zugang zum Sportheim für Sie sicherzustellen)

**WIR FREUEN UNS AUF SIE**