

Im Rahmen des LSB Projektes

Bewegt Älter werden

bieten wir folgende Lehrgangsreihe an:

07. November

Kata Lehrgang ab 40 Jahre
Mindestgraduierung 7. Kyu.

Mit Frank Nöske, 5. Dan
in Kempen, Verbindungsstrasse 7

22. November

Kumite Lehrgang ab 40 Jahre
Mindestgraduierung 7. Kyu.

Mit Susanne Nitschmann, 5. Dan
in Bochum, Halbachstr. 3
Vorbereitungstraining Master Cup

28. November

SV Lehrgang ab 40 Jahre
Mindestgraduierung 7. Kyu.

Mit Michael Nitschmann, 5. Dan
in Duisburg, Grabenstr. 20

Alle Termine sind von 14.00 - 16.00 Uhr.

Teilnahme ist KOSTENLOS

Eine Voranmeldung ist nicht nötig

Der Veranstalter KDNW e.V. lehnt jede Haftung ab.