



# Karate

für

# Best Ager

**Körperliche und geistige Fitness**

**Wohlbefinden Sicherheit Selbstvertrauen**

**Keine Vorkenntnisse erforderlich!!!!**

**Training (Einstieg zu jeder Zeit):**

**jeweils am Montag 17.00-18.30 Uhr  
und/oder**

**am Mittwoch 10.00-11.30 Uhr  
im Übungsraum des Voith - Sportzentrums**

Informationen: [budo.hsb1846.de](http://budo.hsb1846.de)  
hsb-Geschäftsstelle 07321 / 22660

