Ludwigshafen
Stadt am Rhein

18.09.2017

VHS: Karate für Einsteiger

Einen Einblick in das traditionelle Karate können Teilnehmende des Kurses "Karate für Einsteigerinnen und Einsteiger" an der Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen ab Donnerstag, 5. Oktober 2017, erhalten. Der Schwerpunkt liegt auf der Selbstverteidigung. Es werden erste Grundtechniken vermittelt, die Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit verbessern sollen. Der Kurs umfasst zehn Termine jeweils von 19 bis 20 Uhr und richtet sich an Personen ab 18 Jahren. Kursort ist die Turnhalle der Erich-Kästner-Schule in der Bahnhofstraße 52.

Die Gebühr beträgt 53 Euro.

Der Dozent des Kurses ist Trainer beim To Shin Kan Dojo e. V. in Ludwigshafen. Mitzubringen sind bequeme Sportkleidung und ein Handtuch. Es wird barfuß trainiert.

Anmeldungen nimmt die VHS unter Telefon 0621 504-2238 oder online unter www.vhs-lu.de entgegen.