

Kinderkarate



ASKÖ TURN- und SPORTVEREIN REGAU
www.askoe-regau.at



**ACHTUNG: Kostenloses Schnuppertraining am Mi. 23.9.2026
von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr im Turnsaal der VS Rutzenmoos**

Beginn: Mittwoch 23. Sept. 2026, 16.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Volksschule Rutzenmoos, Gemeinde Regau

Kosten: Euro 85,-- (ASKÖ Mitglieder € 75,--)

Dauer bis 23.12.2026

Bekleidung: Trainingsanzug mitbringen

Kursinhalte: Es werden die Grundkenntnisse von Karate vermittelt. Dabei lernen alle auch eine bessere Koordination, Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit. Zudem verbessern wir Körperkraft und Dehnung.

Warum gerade Karate: Wir bieten nicht nur einen hervorragenden Ausgleich zum bewegungsarmen Alltag sondern vermitteln auch wichtige Werte des Karate-Do.

Kurs endet mit Gürtelprüfung

Achtung: Sportangebot der ASKÖ Regau, eine Teilnahme ist auch ohne Mitgliedschaft möglich.