



KARATE

klub



organizuje **NÁBOR** nových členov

Všetky deti od 6 rokov, ktoré sa chcú naučiť základy sebaobrany, prípadne zúčastniť sa súťaží na Slovensku, neskôr aj v zahraničí, alebo sa len zdokonaľiť v kontrole svojho tela, naučiť sa etike a disciplíne sú vítané.



Kedy?september/2019 pondelok a piatok o 16:00 – 17:30
Kde?.....telocvičňa ZŠ s MŠ Matejovie v Liptovskom Hrádku
Info?..... karateklublh@gmail.com

Tréningový program je zameraný na pohybovú prípravu, kata, kumite, správne držanie tela, dýchanie, disciplínu, rozvoj osobnosti, samostatnosti.

KVALITA – SPOĽAHLIVOSŤ – VÝSLEDKY – ODBORNOSŤ - INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP

Tréneri: Ján Imrich,
Mikuláš Hančin



LIPTOVSKÝ HRÁDKO