

Karatekurs

Karate heisst Gleichgewicht finden, Beweglichkeit steigern, Initiative ergreifen, Kontrolle ausüben, Ängstlichkeit überwinden. Hier trainieren Männer und Frauen zusammen, nicht um jemanden zu besiegen, sondern um für sich selbst etwas zu gewinnen. Wir trainieren mit Trainerhose, T-Shirt, barfuss. Nicht nur Rentner sind willkommen. Schnuppern und Einstieg sind jederzeit nach Absprache möglich.

Daten

Kurs 1-25: 10x Mittwoch, 12. Februar bis 16. April 2025

Kurs 2-25: 5x Mittwoch, 9. Juli bis 6. August 2025

Zeit

13.15—15.30 Uhr

Ort

Kushido Dojo Stansstad, Seepark 6, Zugang SO—Seite

Leitung

Charly Bicker, 5. Dan Seishin Ryu Jitsu

Kosten

Kurs 1: CHF 240.00 Standardkurs (10 Lektionen zu 120 Min., plus Pause)

Kurs 2: CHF 120.00 Kurzkurs (5 Lektionen zu 120 Min., plus Pause)

Mehr Informationen finden Sie im Internet unter nw.graue-luchse.ch.

Anmeldung

Pro Senectute Nidwalden

Telefon 041 610 76 09

info@nw.prosenectute.ch



**Nidwaldner
Kantonalbank**

Partnerin der Pro Senectute Nidwalden



Pro Senectute Nidwalden

Nägeligasse 25

6370 Stans

Telefon 041 610 76 09

Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0

info@nw.prosenectute.ch

Stand 01.2025

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Karate

Frühling und Sommer 2025

Nidwalden