

# Karate in Konolfingen

Shotokan Karate ist eine traditionelle Kampfkunst aus Japan, die ursprünglich zur Selbst- und Personenverteidigung konzipiert wurde. Karate hält deinen Geist wach, deinen Körper fit, stärkt dein Selbstvertrauen und kann dich ein Leben lang begleiten. Unsere Trainings enthalten Elemente der traditionellen asiatischen Kampfkunst, Selbstverteidigung und Fitness

**Schnuppertraining für Einsteiger sind jederzeit möglich!**

## Wer sind wir

Die Kenseikan Karateschulen Konolfingen besteht seit 1984. Unsere Instrukoren haben langjährige Erfahrung und sind J&S Leiter resp. Experte



## Ich möchte mehr wissen

Du findest alle nötigen Informationen auf unserer Homepage inklusive Anmeldemöglichkeiten und Kontaktaufnahme  
[www.kenseikankarateschulen.ch](http://www.kenseikankarateschulen.ch)

## Trainingsdaten

Kinder ab 5 bis 13 Jahren

- Dienstag 17:30 – 18:30
- Donnerstag 17:30 – 18:30



Jugendliche & Erwachsene ab 14 Jahren

- Montag 19:45 - 21:00
- Dienstag 18:45 - 20:00
- Donnerstag 18:45 – 20:00

## Wo trainieren wir

Spiegelsaal/Mehrzweckraum Stockhorn-Schulhaus, Stockhornstrasse 8, 3510 Konolfingen

Wir freuen uns auf euch!

