

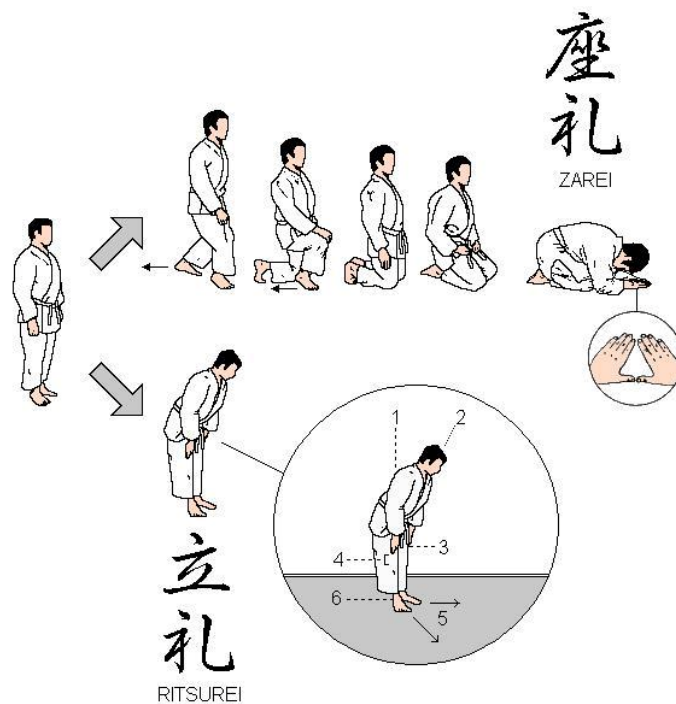
# Sport

( Mein Training )

Das ultimative Trainingsprogramm für den ganzen Körper. Karate ist eine Bewegungskombination aus Elementen des Kampfsports. Dabei werden sowohl Ausdauertraining und auch Muskelkräftigung und Körperwahrnehmung miteinander verbunden. Dieses spezielle Programm ist eine Kombination aus Fitness, Bewegung und Spaß.



Dipl. Grafik-Designer & Diplom-Künstler  
Rashid Seif Ghazi



Tag: Montag

Klassenstufe: 5 bis 10

Teilnehmerzahl: 4 bis 10

Leitung der AG:

Beschreibung der AG

