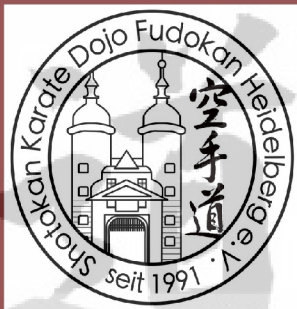


# 5 x Sai und Gymnastik

Schnuppertraining

Shotokan Karateverein  
Fudokan Heidelberg



<https://www.heidelberg-karate.de>

# Sai Training und Gymnastik



# Karate

Beginn:  
Freitag  
03.03.2023



**Wann:** Freitag 03.03, 10.03., 17.03., 24.03. und  
31.03.2023 um 20:30 - 21:30 Uhr

**Wo:**

Mönchhofschule, Mönchhofstraße 18.  
Eingang über den Schulhof (Keplerstraße)

**Kosten:**

20 € (befristeter Vereinsbeitrag für 5 Wochen)

**Sonstiges:**

Mitzubringen: T-Shirt und bequeme Sporthose,  
Vorkenntnisse und besondere Fitness sind nicht  
notwendig.

Da wir wissen müssen, wie viele Sai gebraucht  
werden, bitten wir um **Anmeldung unter:**

[fudokan-heidelberg@gmx.de](mailto:fudokan-heidelberg@gmx.de)

**Inhaltsvideo unter:**

<https://youtu.be/j1a1uTMoKJw>

