

Karate und Ju-Jutsu für Kinder, Jugendliche und Erwachsene



Karate-Do (jap. „Der Weg der leeren Hand“) ist eine waffenlose japanische Kampfkunst, die Körper und Geist schult. Das Training bietet vielfältige Möglichkeiten, die Fitness, Koordination und Konzentration zu steigern.

Ju-Jutsu (jap. „Die sanfte Technik / Die nachgebende Kunst“) ist ein Selbstverteidigungssystem aus einem Mix der traditionellen japanischen Kampfsystemen Judo, Aikido und Karate.



**ANMELDUNG PROBETRAINIG
TEL. 0162-1570462**

SAKURA KARATE-DOJO KÖLN E.V. IST MITGLIED IM
DEUTSCHER KARATE VERBAND, LANDESSPORTBUND NRW,
KARATE DACHVERBAND NRW, DEUTSCHER JU-JUTSU VERBAND
NRW, STADTSPORTBUND KÖLN



SAKURA-KARATE.DE




**2x kostenlos
mitmachen!**
sakura-karate.de



**SAKURA
Karate-Dojo Köln e.V.**



SAKURA
KARATE-DOJO KÖLN e.V.

Karate und Ju-Jutsu für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

„Weil der Bambus geschmeidig ist,
fürchtet er nicht den Sturm.“

Im SAKURA Karate-Dojo Köln e.V. liegt der Schwerpunkt auf dem gesundheitsorientierten Breitensport, aber auch auf der Entdeckung und Förderung von Athleten. Unsere Team bieten diesbezüglich jahrelange Erfahrung. Wir stehen ausserdem für Inklusion und Gesundheit im Sport.



UNSER TRAININGSZIEL LIEGT IN DER VERMITTLUNG EINER GANZHEITLICHEN SICHT DER KAMPFKÜNSTE.

Traditionelle Werte wie Respekt, Fairness, Wertschätzung, Charakterschulung und Teamfähigkeit, sind uns ebenso wichtig, wie das Erlangen einer soliden Grundfitness, das Schulen von körperlichen und geistigen Fähigkeiten und das Vermitteln realitätsnaher Selbstverteidigung.

**WEITERE INFOS:
SAKURA-KARATE.DE**



SAKURA UNTERSTÜTZT DAS PROJEKT „KIDS IN DIE CLUBS“. KÖLNPASS-BERECHTIGTE KINDERN KÖNNEN FÜR MINDESTENS EIN JAHR UNENTGELTLICH IN UNSEREM SPORTVEREIN TRAINIEREN.