

## 261-A3J002 Karate für Erwachsene, Jugendliche und Kinder

Beginn	Freitag, 17.04.2026, 17:30 - 19:00 Uhr
Kursgebühr	40,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Dieter Maier
Mitzubringen	Leichte Sportkleidung, wie T-Shirt und Turnhose (Leggings) oder Trainingsanzug reichen aus. Hallenturnschuhe werden nicht benötigt, da die Übungseinheiten „barfuß“ ausgeführt werden.
Hinweis	Leichte Sportkleidung, wie T-Shirt und Turnhose (Leggings) oder Trainingsanzug reichen aus. Hallenturnschuhe werden nicht benötigt, da die Übungseinheiten „barfuß“ ausgeführt werden.
Kursort	Grundschule Arnstorf (Turnhalle), Schönauer Straße 6, 94424 Arnstorf

Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung - Karate eröffnet allen Altersgruppen und Interessenlagen ein breites sportliches Betätigungsfeld. Karate bietet einen Ausgleich zu den Anforderungen des Alltags. Es werden Kraft, Ausdauer, Motorik, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Konzentrationsfähigkeit geschult.

Der Kurs richtet sich an alle Erwachsene, Jugendliche und Kinder (Mindestalter 8 Jahre; Jahrgang 2018).

Auftaktveranstaltung am Freitag, 17.04.2026 von 17:00 bis 19:00 Uhr

Die weiteren Trainings finden jeweils freitags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr statt.

### Termine

Datum		Ort
17.04.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
24.04.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
08.05.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
15.05.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
22.05.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
29.05.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
05.06.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle
12.06.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Schönauer Straße 6, Arnstorf, Grundschule, Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)