

# KARATE FÜR ALLE

ausprobieren, Spaß haben, dabei bleiben!

## **Karate im Ratzeburger Sportverein**



**Nach den Herbstferien einsteigen!**

**Kinder ab 6 Jahren:**

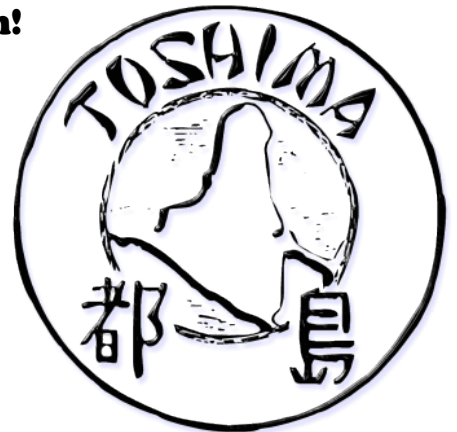
**Mittwochs 18:30 – 19:30 Uhr**

**Freitags 18:00 – 19:00 Uhr**

**Jugendliche, Erwachsene:**

**Mittwochs 19:30 – 20:30 Uhr**

**Freitags 19:00 – 20:00 Uhr**



**Lauenburgische Gelehrtenschule  
Ratzeburg, Am Fuchswald, Halle D**

**Spaß, Fitness, Selbstverteidigung, Kondition, Beweglichkeit,  
Konzentration, Sicherheit, Koordination**

**Karate ist als Gesundheitssport anerkannt und kann bis ins hohe Alter betrieben werden. Da es kontaktarm ist und Kinder erst am Ball und am Polster üben, ist es ungefährlich und eignet sich für alle Altersstufen.**

**Interessierte können im Karate schon nach kurzer Zeit die erste Gürtelprüfung ablegen, das Karate-Sportabzeichen machen oder auch an Lehrgängen und Turnieren teilnehmen. Dennoch ist Karate nicht schnellebig, sondern erfordert ein gewisses Maß an Konzentration, Disziplin und Interesse über einen längeren Zeitraum.**

**Weitere Informationen findet Ihr auf der Homepage des Ratzeburger Sportvereins: [www.mein-rsv.de](http://www.mein-rsv.de) und auf [www.toshima.de](http://www.toshima.de)**