



JUNDOKAN KARATE

OKINAWA GOJU-RYU KARATE-DO

VESTER HJERMITSLEV KARATE KLUB

KARATE



剛柔流空手道会

Vold:

Meningsløs vold er desværre blevet en mere og mere almindelig udtryksform i vores hverdag. Samfundets ressourcer står ikke mål med denne udvikling, og derfor bør den enkelte kunne tage vare på sig selv.

LÆR SELVFORSVAR

JO FØR JO BEDRE

Goju-Ryu Karate Do. Er en ægte traditionel Karate stilart. Go=hård, Ju=blød, altså bygger stilarten på både det hårde og bløde princip, og foruden almindelige Karate-teknikker, som slag og spark, undervises også i kast og faldteknikker, samt holdegreb, frigørelser og nervepunkter. Med tiden læres også brugen af primitive våben, som JO, SAI og NUNCHAKU våben.

KARATE. (tom hånd) stammer fra østen, og er særdeles effektiv som selvforsvar, men kan selvfølgelig også dyrkes som motion eller konkurrencesport, det er helt op til den enkelte da undervisningen er baseret på en positiv legemlig og mental udvikling hos den enkelte.

KVINDER og Karate. Kvinder har gennem de seneste år i stadig større omfang fundet den ideelle træningsform i karaten, det skyldes ikke mindst, et større behov for at kunne forsvare sig, og her kommer Karate ind som et virkeligt realistisk grundlag.

INVESTERING. At investere lidt af sin fritid i Karate-kunsten giver i form af opnået selvforsvars-evne, kampdygtighed og selvsikkerhed, en mulighed for at kunne leve en tryk og sikker tilværelse, samt at beskytte sine nærmeste og sagesløse mod overgreb.

**KAMPKUNST – SELVFORSVAR – KONCENTRATIONEVNE
– VILJESTYRKE – HURTIGHED – SMIDIGHED – SELVSIKKER-
HED – PSYKISK OG FYSISK UDHOLDENHED.**

Se mere på www.vhjermitslev.dk - karate klubben

Nye hold:

Alders krav er **8 år**

Nye elever optages i marts og oktober

Sted:

Vester Hjermitslev karate klub holder til i

Forenings- og kulturhuset Lunden.

Assenbækvej 33

Vester Hjermitslev

9700 Brønderslev

Træningstider i 2020-21:

Onsdage:

kl. 17:30 - 19:00

Instruktører:

Sempai: Brian Dahlstrøm

Sho DAN (41 60 19 43)
karate@vhjermitslev.dk

Priser pr. halv år:

Under 18 år

Kr. 250,00

Over 18 år

Kr. 400,00



JUNDOKAN