

GULDSTADENS KYOKUSHIN KARATE



Kyokushin Karate

Det här är en hårdare karatestil för dig som vill få bättre kondition, styrka och smidighet. Teknik (kihon), fighting (kumite) och rörelsemönster (kata) är några av de moment som ingår i träningen. Kyokushin Karate ökar ditt självförtroende och välbefinnande.

Vi lägger stor vikt vid att behålla det traditionella inom Budo. Vill du utmana dig själv är denna stil rätt för dig.

Alla är välkomna oavsett ålder, kön.

Vårt motto är *OSU no seichin!* vilket betyder *Ge aldrig upp!* och den tanken återfinns i vår träning.

Välkommen, OSU!

Tider

Tisdag: 19:30 - 21:00

Torsdag: 19:30 - 21:00

Söndag: 19:00 - 20:30

Pris

800kr/termin

Lokal

Skellefteå Budokan,
Campushallen Skeria

Träningsinnehåll

- Försvarstekniker
- Fighting
- Kihon - Kata
- Konditionsträning mm



För mer information

<http://www.guldstadenskyokushin.se/>

Hanna Lundmark 073-8399612