



Karate - Sportabzeichen



Die kleinen Samurai

Kinder und Jugendliche 6 - 14 Jahre

Am Sonntag den

09.03.2008

um **10:00 Uhr** in der **Heinz - Gerlach - Halle** in Bad Münstereifel.

Info Tel. 02486/682 oder 02256/1283



Teilnahmebedingung: von 6 bis 14 Jahr mit einem gültigen DKV - Ausweis

Kosten : 7,-- € für das Sticker - Abzeichen zum Aufnähen am Gi und eine Urkunde vom DKV

Übungen: Dauerlauf, Knieliegstütz, Seilspringen, Rückenmuskeltest, Bauchmuskeltest, Japantest