



Elérhetőségeink:

Egyesület: SHINTO DOJO SE.
Edző: Elhardt Péter (3.dan)
Telefon: +36 20 / 550-6343
eMail cím: eliotgracia@freemail.hu
Honlap: <http://shintodojo.bodol.hu>

Edzőhelyeink:

Szeged

Eötvös József Gimnázium
6723 Szeged, Csongor tér 1.

hétfő	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ (gyermek)
	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ (felnőtt)
péntek	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ (gyermek)
	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ (felnőtt)

Szeged-Szőreg

Kossuth Lajos Ált. Iskola
6771 Szeged, Szerb utca 15.

Kedd	18 ³⁰
Csütörtök	18 ³⁰

Sándorfalva

Pallavicini Sándor Általános Iskola
6762 Sándorfalva, Alkotmány körút 15-17.

Kedd	18 ⁰⁰
Csütörtök	18 ⁰⁰

OSU!

Edzéseinken szeretettel várunk mindenkit, aki érdeklődik a hagyományos távol keleti harcművészetek iránt.

Egyesületünk a Sosai Masutatsu Oyama mester által kialakított **KYOKUSHINKAI KARATE** stílust képviseli (full-kontakt).

Az edzéseken fokozatosan elsajátíthatóak a fizikai küzdelem alaptechnikái, majd ezek kombinációi. A karateka erőnléti és technikai fejlődésének előrehaladtával a teljes erejű, pusztakezes küzdelmet is gyakorolhatja.

A komoly testi terhelés egyúttal elősegíti a mentális fejlődést is.

A hagyományosan állásban végzett küzdelmek mellett, az edzéseken lehetőség van önvédelmi technikák elsajátítására, valamint eszközös harc (bo) gyakorlására is.

Hölgyek és Urak részére, gyermekektől az érett korosztályig mindenki számára megtalálhatóak azok az edzéstechnikák amelyek segítenek a jó kondíció elérésében, és/vagy az egészség megőrzésében.



Elérhetőségeink:

Egyesület: SHINTO DOJO SE.
Edző: Elhardt Péter (3.dan)
Telefon: +36 20 / 550-6343
eMail cím: eliotgracia@freemail.hu
Honlap: <http://shintodojo.bodol.hu>

Edzőhelyeink:

Szeged

Eötvös József Gimnázium
6723 Szeged, Csongor tér 1.

hétfő	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ (gyermek)
	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ (felnőtt)
péntek	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ (gyermek)
	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ (felnőtt)

Szeged-Szőreg

Kossuth Lajos Ált. Iskola
6771 Szeged, Szerb utca 15.

Kedd	18 ³⁰
Csütörtök	18 ³⁰

Sándorfalva

Pallavicini Sándor Általános Iskola
6762 Sándorfalva, Alkotmány körút 15-17.

Kedd	18 ⁰⁰
Csütörtök	18 ⁰⁰

OSU!

Edzéseinken szeretettel várunk mindenkit, aki érdeklődik a hagyományos távol keleti harcművészetek iránt.

Egyesületünk a Sosai Masutatsu Oyama mester által kialakított **KYOKUSHINKAI KARATE** stílust képviseli (full-kontakt).

Az edzéseken fokozatosan elsajátíthatóak a fizikai küzdelem alaptechnikái, majd ezek kombinációi. A karateka erőnléti és technikai fejlődésének előrehaladtával a teljes erejű, pusztakezes küzdelmet is gyakorolhatja.

A komoly testi terhelés egyúttal elősegíti a mentális fejlődést is.

A hagyományosan állásban végzett küzdelmek mellett, az edzéseken lehetőség van önvédelmi technikák elsajátítására, valamint eszközös harc (bo) gyakorlására is.

Hölgyek és Urak részére, gyermekektől az érett korosztályig mindenki számára megtalálhatóak azok az edzéstechnikák amelyek segítenek a jó kondíció elérésében, és/vagy az egészség megőrzésében.