



BUDOKAI



Škola bojových umění BUDOKAI

Pořádá nábor 12.9., 19.9., a 21.9.

Vždy od 17.00

Vy, co máte 6 – 100 let a chcete něco udělat se svým duchem i tělem, zastavte se u nás. Nepotřebujete skvělou fyzickou kondici, nemusíte být sportovci. Nebojte se, že jste staří, začít se dá v každém věku. Stačí jen mít chuť na sobě pracovat.

Naučíme Vás hýbat se, naučíme Vás relaxovat, naučíme Vás nebát se, naučíme Vás bránit se.

Bojová umění jsou vhodná pro mladé i starší, pro ženy i muže. Vyučujeme Karate SKIF a Sebeobranu na základě Karate, Jiu Jitsu, Judo.

Až nás navštívíte, zjistíte, že Karate není jen hopsání, co znáte ze soutěží v televizi, ani akrobacie, kterou znáte z akčních filmů. Cvičíme pro sebe a pro radost.

Kde cvičíme: Sokolovna Brandýsek

Kdy cvičíme: pondělí a středy od 17:00 do 18.30

Kontakt: 724 132 610, www.budokai.cz