



KARATE-DO GRAZ  
SHOTOKAN

## KARATE-DO GRAZ SHOTOKAN

**Leitung:** Mag. Gernot Riedl, 6. Dan im Österreichischen Karatebund  
**Stellvertretung:** Dr. Ulrike Stelzl, 5. Dan

**Sekretariat:** Barbara Baumann | 8010 Graz, Schillerstraße 6  
**Tel.:** 0316 / 38 68 73

**Email:** office@karate-do-graz.at | **Internet:** www.karate-do-graz.at

# KARATE

## Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene SOMMERSEMESTER 2025

常に  
思念  
工夫  
せよ



**Inhalt:** Erlernen der Grundlagen des Karate (Grundtechnik, Formen, Partnertraining, Selbstverteidigung); Schulung von Konzentration, Reaktion, Beweglichkeit und Körperbeherrschung; Vorbereitung auf die Gelbgurtprüfung

**Zeit:** Mittwochs, 18:30 - 19:45 Uhr (Der Kurs endet mit Schulsemesterschluss)

**Beginn:** **Mittwoch, 26. Februar 2025**

Der Einstieg in den Kurs ist bis 26. März möglich. Während dieser Zeit sind drei Einheiten als Schnuppertraining gratis.

Keine vorherige Anmeldung erforderlich - einfach hinkommen!

**Ort:** Turnhalle der Volksschule Graz-Nibelungen (Nibelungengasse 18-20, 8010 Graz)

**Kosten:** € 150,- für den gesamten Kurs/Person (ca. 20 Trainings)

Familienermäßigung: weitere Familienmitglieder zahlen nur die Hälfte!!

**Leitung:** Mag. Gernot Riedl | 6. Dan Shotokan | staatlich geprüfter Trainer

Bitte bequeme  
Sportkleidung  
mitbringen!

