

# Introduksjonskurs i karate

Bli med på timer for nybegynnere og tren

- Smidighet
- Kondisjon
- Kroppskontroll
- Spark- og slagteknikk

Studenter trener gratis ut september  
Ingen bindingstid



GRIMSTAD  
**KARATE**

**Voksne og ungdommer:** mandager kl 19:00 og torsdager kl 18:30

**Familietrening** (fra 1. klasse) : mandager kl 17:00

**Barn** (fra 2. klasse) : mandager kl 17:00

**Vi trener i Sparebanken Sør Amfi Grimstad**

Ta gjerne kontakt med oss.

telefon: 93460374

epost: [post@grimstadkarate.no](mailto:post@grimstadkarate.no)

[www.facebook.com/GrimstadKarate](https://www.facebook.com/GrimstadKarate)



[grimstadkarate.no](http://grimstadkarate.no)