



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Karatekurse Übersicht 2026

Pro Senectute Nidwalden

Karatekurs

Karate heisst Gleichgewicht finden, Beweglichkeit steigern, Initiative ergreifen, Kontrolle ausüben, Ängstlichkeit überwinden. Hier trainieren Männer und Frauen zusammen, nicht um jemanden zu besiegen, sondern um für sich selbst etwas zu gewinnen. Wir trainieren mit Trainerhose, T-Shirt, barfuss. Nicht nur Rentner sind willkommen. Schnuppern und Einstieg sind nach Absprache jederzeit möglich.

Daten

Kurs 1-26: 25. Februar bis 29. April, 10 Nachmittage, 240.—
Kushido Dojo Stansstad

Kurs 2-26: 8. Juli bis 5. August, 5 Nachmittage (Kurzkurs), 120.—
Ort wird noch bekannt gegeben, Stans oder Stansstad

Kurs 3-26: 10. Oktober bis 9. Dezember, 10 Nachmittage, 240.—
Ort wird noch bekannt gegeben, Stans oder Stansstad

Zeit: jeweils Mittwoch Nachmittag, 13:15—15:30 Uhr, mit Pause

Leitung: Charly Bicker, 6. Dan Seishin Ryu Jitsu

Info: aktuelle Informationen finden sie im Internet unter
nw.graue-luchse.ch

Anmeldung: Pro Senectute Nidwalden
Nägeligasse 25, 6370 Stans
Telefon 041 610 76 09
info@nw.prosenectute.ch



**Nidwaldner
Kantonalbank**

Partnerin der Pro Senectute Nidwalden



Pro Senectute Nidwalden

Nägeligasse 25

6370 Stans

Telefon 041 610 76 09

Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0

info@nw.prosenectute.ch

www.nw.prosenectute.ch

Stand 5.7.2024