

# **BOGØ KARATE KLUB** - Første måned er Gratis! **FITNESS OG SELVFORSVAR FOR HELE FAMILIEN...**

SELVTILLID - SMIDIGHED - MINDFULNESS

**Mandag & Torsdag:** Junior fra 10 år. kl.17 Senior kl.18.

**Tirsdag:** Kids med bare tær: 6-9 år. kl. 17-18.

**Lørdag:** Fælles træning hver lørdag kl.11. Kids, Junior, Senior og forældre.

Forældre kan træne sammen med deres børn mandag og torsdag kl. 17.

Tlf.31620300 hobu@jinzendo.org.  
Sted:Nybygade 14 B i gården.

**Jinzendo.org**

