

# RTVY Liikuntakerho

## KARATE

## PERUSKURSSI



Tehokasta ja modernia

Shotokan ryu Kase Ha -karatea

### Peruskurssin harjoitusajat ( 10 v. ->)

(Ruusutorpan koulu)

**Torstai** 19:00 – 20:00

**Lauantai** (Kata harjoitus) 12.00 - 13.30

### Peruskurssin harjoitusajat ( 14 v. ->)

**Maanantai** 19:00 - 20:00 (Ruusutorpan koulu)

**Keskiviikko** 18.00 - 19.00 (paikka&aika ei viellä varmistunut)

### Shotokan Ryu Kase Ha -karate

Kase Ha - karate on monipuolista harjoittelua sisältävä karaten tyyliuunta, joka kehittää harjoittelijan voimaa, notkeutta ja henkistä suorituskykyä. Se sopii kaikille normaalin fyysisen toimintakyvyn omaaville henkilöille 10-vuotiaasta lähtien. Tyyliuunnassa ei kilpailla. Budo lajit ovat elämäntapa. Karatessa ei tulla koskaan valmiiksi - aina voi kehittyä.

**Ruusutorpan vanhempainyhdistys ry,**

**Lisätietoja: Petri 050- 4821670**

**Alkaa 9.9.2010**

Tervetuloa!

Ruusutorpan koulu,  
Leppävaarankatu 24

**Kerhon hinta 10e**

RTVY Ry