



KARATE - WADO RYU

WWW.KEMWADOJO.NU



Ett rekommenderat träning för både barn och vuxna.
Anmäl dig på Prova på under vecka 3-4!

Vill du lära dig en karatestil som kombinerar traditionella tekniker med modernt självförsvar? Då är Wado Ryu något för dig! Wado Ryu fokuserar skapa harmoni mellan kropp och sinne. Med snabba, effektiva rörelser och tekniker från både karate och jujutsu, lär du dig att undvika attacker och använda motståndarens kraft till din fördel.

Varför välja Wado Ryu Karate?

- ✓ **Effektiva tekniker:** Du lär dig snabba och smidiga rörelser som gör dig redo för alla situationer.
- ✓ **Självförsvar:** Med Integrerade jujutsu-tekniker som kast och låsningar ger dig ett komplett självförsvarssystem.
- ✓ **Mental och fysisk harmoni:** Träna både kropp och sinne för att uppnå balans och harmoni.



Kom och prova på en lektion hos oss, oavsett om du är helt ny eller har tidigare erfarenhet, är du varmt välkommen. T-shirt, träningsbyxa och vattenflaska det enda du behöver. Ta första steget mot att bli en del av vår Wado Ryu-familj idag!

Har du några frågor eller vill veta mer?
Kontakta oss gärna!

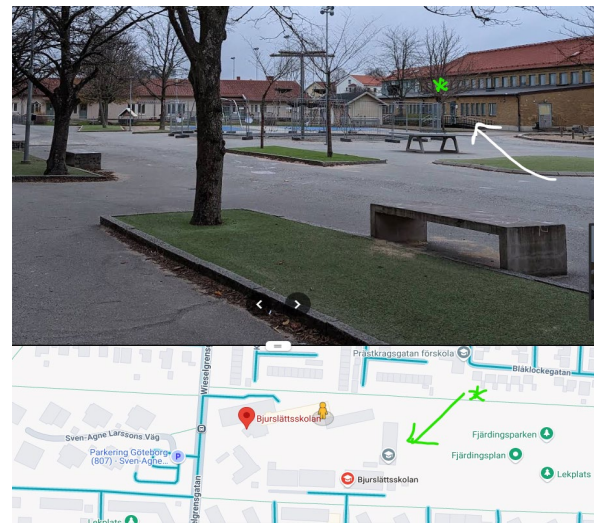
Träningstider Prova på:

Måndagar & Torsdagar kl. 18.00–19.00

(Vi börjar 18.00 men kom gärna 15min tidigare för att byta om, för frågor och få mer detaljerad info)

Plats:

Bjurslättskolans Idrottshall, Hisingen



Mer info om oss hittar du om oss på www.kemwadojo.nu eller www.wadoryu.se. Du är också välkommen att höra av dig till Sempai Jack Lindahl 1-DAN (ordförande): 0705-51 31 30 eller Sensei Luan Krasniqi 7-DAN (chefsinstruktör): luan.k.se@gmail.com

UPPTÄCK KARATE I WADO RYU KARATE