

# Selbstverteidigung Selbstwertgefühl Lebenslange Fitness

**Anfänger Jugendliche / Erwachsene**  
Donnerstag 19:00 - 20:30

**Mittelstufe**  
Dienstag und Donnerstag 17:30 - 19:00

**Oberstufe**  
Montag 18:30 - 20:00 Mittwoch 19:00 - 20:30  
Freitag 18:00 - 19:30



[www.bushido-schwenningen.de](http://www.bushido-schwenningen.de)  
[mail@bushido-schwenningen.de](mailto:mail@bushido-schwenningen.de)

## KARATE seit 1994

- Eigenes DOJO (Trainingshalle)
- Jeden Tag Training
- Engagierte und erfahrene Trainer
- Für Kinder, Anfänger, Wiedereinsteiger  
Meister und Wettkämpfer
- Professioneller Kraftraum
- Über 200 Mitglieder zwischen 5 - 77 Jahren

**Einstieg jederzeit  
für alle  
Altersklassen und  
Trainingslevel**

**Neueinsteiger  
Wiedereinsteiger**

空手道  
K  
A  
R  
A  
T  
E

**in  
Schwenningen  
und  
Trossingen**



**Bushido**  
Schwenningen e.V.



**Gutschein für ein  
sechsmaliges unverbindliches  
Training für:**



**Bushido**  
Schwenningen e.V.

# KARATE VITAL

**Training und Fitness  
auch im hohen Alter**

**Montags 20:00 - 21:30**



[www.bushido-schwenningen.de](http://www.bushido-schwenningen.de)  
[mail@bushido-schwenningen.de](mailto:mail@bushido-schwenningen.de)

# KARATE KIDS

**Selbstbewusstsein  
Konzentrationssteigerung  
Selbstbeherrschung  
Selbstwertschätzung  
Abwechslungsreiches Training**

## **Kids**

**Anfänger Montag und Freitag 16:30 - 17:30  
ab Weiss / Gelb Montag 17:30 - 18:30  
und Dienstag 16:30 - 17:30**



[www.bushido-schwenningen.de](http://www.bushido-schwenningen.de)  
[mail@bushido-schwenningen.de](mailto:mail@bushido-schwenningen.de)

# KARATEVEREIN

Bushido Schwenningen e.V.  
Wannenstraße 80  
78056 VS-Schwenningen



**Schwenninger Karatekas**

**Christine  
(Weltmeisterin 2014 Kata Team)**

**Andreas  
(Dojogründer, Trainer und Träger des 8. DAN)**

[www.bushido-schwenningen.de](http://www.bushido-schwenningen.de)  
[mail@bushido-schwenningen.de](mailto:mail@bushido-schwenningen.de)