Ein Sport der besonderen Art - Karate

Sport für Körper, Geist und Seele

Sport hat viele Gesichter. Wer bei der Shotokan-Karate & Sportschule Shintai Köln vorbeischaut, weiß, wie aufregend die Facetten des modernen Sports sind. Von Karate über Sportkurse bis hin zu weiteren Kampfkünsten rund um die Selbstverteidigung wird hier wahrlich alles geboten. Die Shotokan-Karate & Sportschule Shintai Köln bietet darüber hinaus Tai-Chi-Chuan und Qi-Gong an. Erwachsene und Kinder kommen gleichermaßen auf ihre Kosten. Der Spaß und die Effektivität sollen beim Sport schließlich nicht zu kurz kommen. Selbst für alle Yoga-Fans bietet die Shotokan-Karate & Sportschule Shintai Köln ein reichhaltiges Angebot. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, an attraktiven Schnupperkursen teilzunehmen und sich - ganz nach Wunsch - für eines der vielen Angebote zu entscheiden. Dabei sein ist alles - in Gesellschaft mit Gleichgesinnten sowie unter fachkundiger Anleitung gelingt bekanntlich alles gleich nochmal so gut. Erfahrene Trainer und Kursleiter stehen dabei mit ihrem umfassenden Erfahrungs- und Wissensschatz zur Verfügung. Wie wichtig ein sportlicher Ausgleich im oftmals stressigen beruflichen oder privaten Altlag ist, spüren immer mehr Menschen am eigenen Leib. In diesem Zusammenhang sei gesagt, dass Yoga, Karate und all' die anderen in der Karate, Kampfsport, Selbstverteidigung gebotenen Sportarten geradezu ideal sind, um Körper, Geist und Seele wieder in einen harmonischen Einklang zu bringen.Effizienter Sport sorgt nicht nur für gute Laune und ein gesundes Wohlgefühl, sondern Wissenschaftlier bestätigen immer wieder, dass Sport - gleich, welcher Art - in jeder Hinsicht auch das individuelle Selbstbewusstsein fördern kann. Dass regelmäßige Bewegung und Sport "ganz nebenbei" auch aktiv zu einer besseren Figur und strafferen Formen beitragen kann, braucht in diesem Zusammenhang wohl nicht explizit erwähnt werden. Ohne Sport geht es nicht. Moderne Zeiten erfordern eben moderne Maßnahmen. Jeder sollte das breitgefächerte Angebot der Karate, Kampfsport, Selbstverteidigung nutzen.

Pressekontakt

INTRAG Internet Regional AG

Herr Tobyas Gleue
Sophienblatt 82-86
24114 Kiel

intrag.de/
presse-stelle@intrag.de

Firmenkontakt

Shotokan-Karate & Sportschule Shintai Köln

Herr Klaus Fiereck
Grüner Weg 1
50825 Köln

shintai.de
klaus@shintai.de

private Sportschule seit 1995 >> Inhaber Klaus Fiereck>>Sportstudium >> 4. Dan