



GRATIS

2023 & 2024

Som et ledd i å få flere barn (6-12 år) og unge (13-19 år) til å oppdage den fine idretten vår har vi med støtte midler mulighet til å gi det fantastiske tilbudet med **GRATIS TRENING skoleåret 2023/2024.**

Spesielt jenter og dere med flerkulturell bakgrunn oppfordres til å prøve oss. "Bi effekten" er at du ved utgangen av året sannsynligvis er blitt både sterkere, smidigere og fått bedre kondisjon. (Per i dag er ca. 1/4 del av våre medlemmer jenter/kvinner.)

Tradisjonell kampsport har gjennom historien vist å gi barn og unge (samt voksne) bedre selvtillit, selvkontroll, høflighet, samt respekt og toleranse for andre. Dette budskapet har vi formidlet i nærmere 40 år med gode resultater og tilbakemeldinger.

Karate er vårt hovedfokus med en utvidet del som innbefatter et mer realistisk selvforsvarssystem (KFM) ut i fra i dagens samfunn.

Våre topp motiverte, erfarne og utdannede instruktører, ønsker deg velkommen hos oss!



INNTAK

Høst august og september
Vår januar og februar

Se timeplan på
websiden:
bkkk.no

