



Betriebssport in der Commerzbank

HWAL MOO HAP KI DO

HWAL MOO HAPKIDO ist eine faszinierende koreanische Selbstverteidigung. Die fast unüberschaubare Anzahl der verschiedenen Möglichkeiten einem Angriff sowohl waffenlos als auch mit Alltagsgegenständen oder Waffen zu begegnen, machen die Effektivität dieser Kampfkunst aus.

Durch die einfachen, runden und kaum erkennbaren Bewegungen ist diese Sportart ideal für kleinere, schwächere oder auch ältere Personen geeignet.

Hwal Moo Do Training führt

- > zu einer Stärkung des gesamten Bewegungsapparates.
- > zu einer Steigerung der Beweglichkeit.
- > zu einer enormen geistigen Stärke.
- > zu großer Selbstbeherrschung und Geduld.

武活

Ab sofort bieten wir wieder neue Anfängerkurse an.

Sie benötigen keinerlei Vorkenntnisse.

Gerne laden wir Sie zu einigen kostenlosen Trainingseinheiten ein, kommen Sie vorbei und machen Sie mit. Überzeugen Sie sich direkt vor Ort von dieser effektiven Kampfkunst.



Wo? Clubhaus der Sportgemeinschaft („Germania“)

Wann? Dienstag 19:00 - ca. 21:00 Uhr im Spiegelsaal
Freitag 18:00 - ca. 20:00 Uhr im Gymnastikraum

Kontaktdaten:

Klaus Michel

Tel: +49 69 136 56277

(klaus.michel1@commerzbank.com)

