



# KARATE-SCHULE DOKAN BÜDINGEN

"SICHERHEIT UND GESUNDHEIT FÜR DIE GANZE FAMILIE"

# NEWSLETTER

## 11 / 2024

## WEIHNACHTLICHES "ABSCHLUSSTRAINING"

Unser Abschlusstraining am 15.12. war ein grandioser Erfolg! Nicht nur, dass die Halle prächtig mit vielen Dokanern gefüllt war, wir hatten auch riesigen Spaß miteinander und konnten als Karate-Familie durch viel Bewegung und gemeinsame Zeit unseren Teamgeist noch weiter entfalten.

Das weihnachtliche Abschlusstraining hatte in jedem Fall das Potential dazu, der Auftakt einer langen Dokan-Tradition zu werden.

Erste Bilder und auch das eine oder andere Video haben wir für Euch [hier bereitgestellt](#). 



Eine bereits gelebte Tradition ist die jährliche Videobotschaft an alle Dokaner. Natürlich gibt es daher auch in diesem ein paar Worte für Euch. Ihr findet das Video sowohl auf unserem Instagram-Kanal als Reel, als auch auf unserem Youtube-Kanal unter folgendem Link: [Videobotschaft](#) 

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Anschauen.



Wir haben wieder viel vor und starten bereits im Januar mit dem ersten Lehrgang (Jahresauftakt in Frankfurt), den wir Euch sehr empfehlen möchten. Schon am 1. Februar folgt dann mit dem HFK Opening in Bruchköbel der zweite Lehrgang des Jahres.

Auch im Januar starten wir mit Selbstverteidigungs- bzw. Selbstbehauptungskursen für unsere Kids bzw. Teens ab ca. 6 Jahre und im Februar startet ein Kurs "Nur für Frauen".

Für die Kurse erhalten Dokaner natürlich wieder einen einmaligen Spezialpreis von uns. Alle Infos dazu gibt's bei uns oder in der Beschreibung der Termine in der Dokan-App.

Wir wünschen Euch  
wundervolle Feiertage und  
einen spitzenmäßigen Start  
ins neue Jahr!