



# Shoshin dōjō

## Shōtōkan Karate-dō

### Heusden-Zolder



Shoshin dōjō is een karate-dō school in Heusden-Zolder. De lessen worden gegeven door Kris Lenaerts – 4de dan, meer dan 30 jaar ervaring in het beoefenen van deze mooie krijgskunst en meer dan 10 jaar ervaring in het onderwijzen ervan.

Shōtōkan Karate-dō kan uiteraard door alle mensen van alle leeftijden beoefend worden. Dus zeker door kinderen, minstens 6 jaar oud en/of eerste studiejaar. Uiteraard zijn ook de mama's en de papa's meer dan welkom. Je bent nooit te oud om deze krijgskunst te beoefenen. Jij bent zelf je grootste tegenstander.

Karatetraining voor kinderen wordt op een kindgerichte manier aangeboden, inspeland op hun leergierigheid. Voor kinderen is karate de gepaste uitlaatklep, die door het sportieve en vormend aspect, mee instaat voor een harmonieuze ontwikkeling tot volwassene.

Tijdens karatelessen wordt grote nadruk gelegd op de normen en waarden van karate.

De jongeren leren naast technische vaardigheden ook:

- respectvol omgaan met elkaar
- sociaal contact verbeteren
- discipline beoefenen
- wilskracht, doorzettings- & concentratievermogen leren ontwikkelen
- eigenwaarde en zelfvertrouwen verbeteren
- op lange termijn ervaart men dat karate een goede investering is voor lichaam en geest

Shoshin dōjō legt de focus niet op het wedstrijdaspect van onze krijgskunst maar wel op persoonlijke ontwikkeling.

Al de informatie vind je terug op onze site [www.shoshin.one](http://www.shoshin.one) of

SCAN ME



<b>Lesuren</b>	
<b><u>Volwassenen +15j</u></b>	<b><u>Kinderen +6j</u></b>
Maandag & donderdag : 20u30 – 22u00	Woensdag : 18u30 – 19u30
Zaterdag : 10u30 – 12u30	Zaterdag : 10u30 – 11u30

## Shoshin dōjō

**Locatie: Sporthal Bolderberg - Vrunstraat 30, 3550 Heusden-Zolder**

Correspondentieadres: Kris Lenaerts - Hemelrijk 53, 3550 Heusden-Zolder

GSM: 0478 404 708 – email: [karate@shoshin.one](mailto:karate@shoshin.one)