**Karate klub Matsu  
LIVE OR DIE TRYING**[www.sebeobrana.eu](http://www.sebeobrana.eu/)

 Cvičíme tradiční karate – tradiční je přežít, učíme sebeobranu s historickými kořeny.

Vlídně, bez nezdravého soutěžení, každý dle svého potenciálu jde k

síle

disciplíně

sebevědomí

eleganci

soustředění

respektu

přátelství

obratnosti

zdraví.

Makat znamená bavit se!

Již od roku 1996, na jednom místě, neředíme instruktory do „poboček“, i děti vedou nositelé mistrovských stupňů (černé pásky).

V pondělí a ve čtvrtek v horní tělocvičně ZŠ Mendíků:  
6 - 9 let 17 - 18 hodin,  
10 - 15 let 18 - 19 hodin.

**2 týdny zcela nezávazně a zdarma, přijďte, zkuste, uvidíte.**

Jak začít: přijďte deset minut před začátkem tréninku před školu a hlaste se k bílé paní  (dámě v „kimonu!).  
Potřebujete pouze jakýkoli pohodlný oděv (triko a tepláky, montérky, mikinu, cokoli).

**Těšíme se na Vás!**