



Asian  
Sports Center  
Bad Windsheim

# SELBSTVERTEIDIGUNG & TAE KWON DO FÜR FRAUEN

# WORK OUT

für Frauen  
und Mädchen  
ab 15 Jahren

Kampfkunst hilft Dir dabei,  
deine **Stärken** und Schwächen  
kennen und **nutzen** zu lernen.

Erfahre, wie Du die **Ziele**  
erreichen kannst, die Du dir  
gesteckt hast.

Verwirkliche deine Träume –  
greif' nach den Sternen!



**10X  
1 Std.**

**Asian Sports Center**  
Dr. Boris Zimmermann Halle  
(neben der alten Stadthalle am Schulzentrum)

Sporthallenweg 10  
91438 Bad Windsheim  
Telefon: 09841 / 68 25 888

**Neugierig?  
Besuchen Sie uns!**

[www.asiansportscenter.de](http://www.asiansportscenter.de)



## EINZIGARTIG

Mit einem ganz besonderen Ambiente, einem breiten Angebot an asiatischen Sportarten und Top-Trainern ist der Asian Sports Center einzigartig in Deutschland.

## IMMER RICHTIG

Egal ob Sie sich einfach fit halten, etwas für Geist und Seele tun, einen Selbstverteidigungskurs besuchen, unter geschulter Leitung meditieren, einen Kampfsport erlernen oder einfach nur Stress abbauen wollen – bei uns liegen Sie richtig!

## FÜR JEDEN ETWAS

Unser umfangreiches Sportangebot bietet für jeden etwas. Es umfasst von Tae Kwon Do, Hap Ki Do, Yoga, Pilates und Qigong über Boxen, Power-Fitness und eine Rückenschule bis hin zu Tai Chi ein äußerst breites Spektrum an asiatischen Sportarten. Wir haben auch für Sie das passende dabei.

Schauen Sie vorbei und überzeugen sich selbst.

TaeKwonDo • Hap Ki Do • Ki Do  
Selbstverteidigung • Fitness-Boxen  
Yoga • Meditation • Qigong  
Tai Chi • Pilates und vieles mehr

[www.asiansportscenter.de](http://www.asiansportscenter.de)