

# Uniek in België



LO & SPORT  
OPTIE  
KARATE

www.vhsl.be



VHSL.be

Campus Ter Groene Poorte,  
op 250 m station Brugge

VRIJ HANDELS- EN SPORTINSTITUUT

## DOELGROEP



- TSO LO & Sport vanaf 2de graad
- meisjes en jongens met of zonder voorkennis karate

## KENMERKEND



- conflicten leren vermijden
- individuele & partneroefeningen
- technische vervolmaking

## PLUSPUNTEN



- **duidelijke structuur:** vast lespatroon, strakke opbouw, geijkte oefenvormen ...
- **nadruk op waarden:** fair play, stiptheid, verdraagzaamheid, doorzettingsvermogen ...
- **volledige ontwikkeling:** coördinatie, kracht, lenigheid, snelheid, uithouding ...