



FOR YOUTH DEVELOPMENT®  
FOR HEALTHY LIVING  
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

# LEARN SKILLS GAIN CONFIDENCE

## Shotokan Karate

Shotokan Karate is one of the most popular forms of ancient martial arts; emphasizing the importance of fitness, humility, respect, compassion and patience. The program combines the teachings of Shotokan's creator, Master Gichin Funakoshi, with the Y's focus on healthy living and social responsibility.

Space is limited, so sign up today!



**AGES:** 8 and older


**DAYS AND TIMES:** Mondays, Wednesdays and Fridays  
**Beginners:** 6pm - 7pm  
(Gabilan Elementary School Multipurpose Room)  
**Intermediate and Advance:** 7:45pm - 9pm  
(South County YMCA Group Exercise Room)

**MONTHLY FEE:** \$35 / Facility Member  
\$75 / Program Participants  
Financial Assistance is available.

**INSTRUCTOR:** Sensei Leo Arimas, Godan  
(Fifth Degree Black Belt)

**ADDITIONAL COSTS:** Uniforms, belts, protective gear, exam and tournament fees are not included in the price of the program. For more information contact Sensei Leo Arimas at 678-1239.

**CONTACT:** South County YMCA  
Elyssa Sigala  
831-678-1239 or [esigala@ymcacentralcoast.org](mailto:esigala@ymcacentralcoast.org)

Find us on 

IN PARTNERSHIP WITH  
THE CITY OF SOLEDAD





POR LA FORMACIÓN DE NIÑOS Y JÓVENES®  
POR UNA VIDA SALUDABLE  
POR LA RESPONSABILIDAD SOCIAL

# APRENDA APTITUDES GANAR SEGURIDAD

## Shotokan Karate

El Karate Shotokan es una de las formas más populares de las artes marciales antiguas; se enfoca en la importancia de la salud física, humildad, respeto, compasión y paciencia. El programa combina las enseñanzas del creador del Shotokan, Maestro Gichin Funakoshi, con el enfoque de la Y de vivir sanamente y la responsabilidad social.

El espacio es limitado, ¡así que inscríbete hoy!

- EDADES:** 8 en adelante
- DÍAS Y HORAS:** Lunes, Miércoles Y Viernes  
**Principiantes:** 6pm - 7pm  
(Escuela primaria Gabilan Salón de Usos Múltiples)  
**Intermedio y Avanzado:** 7:45pm - 9pm  
(grupo sala de ejercicios de la YMCA del Condado del Sur)
- CUOTAS:** \$35 / Miembro Familiar  
\$75 / Participante del programa  
La asistencia financiera está disponible
- INSTRUCTOR:** Sensei Leo Arimas, Godan  
(Cinta Negra Quinto Grado)
- COSTOS ADICIONALES:** Uniformes, cinturones, equipo de protección, examen y las cuotas del torneo no están Incluidas en el precio del programa.  
Para más información contacte al Sensei Leo Arimas al 678-1239.
- CONTACTO:** LA YMCA DEL CONDADO DEL SUR  
Elyssa Sigala  
831-678-1239 o [esigala@ymcacentralcoast.org](mailto:esigala@ymcacentralcoast.org)

Encuéntrenos en



EN ASOCIACIÓN CON  
LA CIUDAD DE SOLEDAD

