

AIKIDO



合気道



Anfängerkurs
für Erwachsene

Aikido: Japanische Kampfkunst

Kampfkunst, Fitness, Respekt, Konzentration, Entspannung

Aikido ist auf Verteidigung ausgelegt. Mit einem Trainingspartner übst Du gemeinsam Wurf- und Haltetechniken, Beweglichkeit und Falltechnik. Aikido eignet sich für alle Alters- und Fitnessgruppen, weil wir im Training achtsam miteinander umgehen. Entscheidend ist nicht Kraft, sondern Technik.

Erfahre mehr:

Einen Film über uns und ein typisches Training im Aikido Club Aichtal findest Du auf unserer Homepage www.aikido-aichtal.de.

Anfängerkurs

8 Trainingseinheiten, Start Freitag voraussichtlich 24.04.2020

Trainingszeit 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Sporthalle Aichtal-Grötzingen

In bequemer Trainingskleidung und T-Shirt

Anmeldung und weitere Information unter schnuppern@aikido-aichtal.de

www.aikido-aichtal.de

Aikido Club
Aichtal e.V.