

AIKIDO

zum Kennenlernen

Aikido ist eine sanfte japanische Kampfkunst. Die weichen und runden Bewegungen stärken Körper und Geist.

Im Vordergrund steht immer das gemeinsame Üben ohne Wettkampf. Dadurch ist das Trainieren für Frauen und Männer und für alle Altersgruppen gleichermaßen gut geeignet.

Im Einführungskurs werden die wesentlichen Elemente des Aikidos gezeigt, was auch ein sehr guter Einstieg für regelmäßiges Üben innerhalb des Vereins sein kann.

Veranstalter: AIBE e.V. Rotenburg

Trainer: Klaus Schafstädt, 4. Dan

Sergej Yegorov, Vereinsvorsitzender

合
氣
道

Termine: Samstag, 17. Februar 2018

Zeit: 11:00 – 13:00 Uhr

Montag, 19.02. + 26.02.18

Zeit: 20:00 – 21:30 Uhr

Kosten: 15,- Euro

Ort: In der Schulturnhalle der Fachschule des Diakoniekrankenhauses Rotenburg

Information:

www.aikido-rotenburg.de

04266-8887 Sergej Yegorov

04266-8585 Thomas Brüning