

Aikido- Anfängerkurs



合
気
道

Aikido - eine japanische
Selbstverteidigungskunst,

... in der Angriffe kraftarm umgelenkt und durch
Gleichgewichtsbrechung in Würfe und Hebeltechniken
geführt werden.

Ziel des Aikido ist der Schutz des Verteidigers bei
größtmöglicher Unversehrtheit des Angreifers.

Aikido ist wettkampffrei, da ausschließlich verteidigt
wird.

Weil im Aikido Technik statt Kraft verwendet wird, ist es für Jung
und Alt, Groß und Klein gleichermaßen geeignet.

Dienstag, den 13. Januar 2015

Jugendliche (ab 9 Jahren) von 18.00 bis 19.30 Uhr

Erwachsene (ab 16 Jahren) von 19.30 bis 21.00 Uhr

Nach 3 Schnuppertrainings wird für die Kursdauer von
10 Trainingseinheiten eine Gebühr von 55 € erhoben.

Sporthalle der Hillerschule, Hillerstr. 2, 74321 Bietigheim-Bissingen
(normale Sportkleidung genügt)

Info unter 01 76 / 90 92 21 26 oder
www.jc-bietigheim.de

