

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 23. September 2014

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