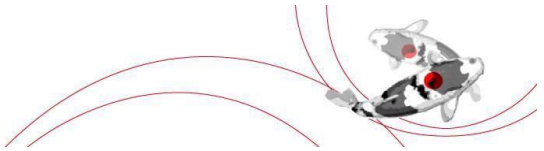


Aikido, die sanfte Selbstverteidigung!

- Neuer Anfängerkurs, ab 06. Juni 2018 -





Was ist Aikido?

Aikido ist eine aus Japan stammende, friedvolle Budo-Disziplin. Grundlage sind effektive Verteidigungstechniken gegen unbewaffnete und bewaffnete Angreifer. Aikido ist eine Selbstverteidigungskunst für jede Altersklasse. Wegen ihrer gewaltfreien Techniken eignet sie sich gleichermaßen für Männer wie für Frauen. Eine sportliche Vorbildung ist nicht erforderlich, aber Spaß an Bewegung.

Wo findet der Kurs statt?

Unser Übungsraum (Dojo) ist die alte Sporthalle im Königin-Katharina-Stift im Stuttgarter Zentrum, in der Schillerstr.5, 70713 Stuttgart.

Was muss ich mitbringen?

Einfache Sportbekleidung (Trainingshose / T-Shirt) und Badeschlappen (Straßenschuhe sind in der Halle nicht erlaubt).

Wie lange dauert der Kurs

Der Kurs besteht aus sechs Übungseinheiten zu je 2 Stunden, jeweils mittwochs um 19:00 Uhr.

Was kostet der Kurs?

Der Kurs kostet € 30.-, die am ersten Abend zu entrichten sind.

Anmeldung und mehr Informationen

Bitte anmelden unter:
info@aikido-dojostuttgart.de

