

AIKIDO Einführungskurs ERWACHSENE - 2019



AI...

Harmonie, Liebe

KI...

(Lebens-) Energie

DO...

Weg



Aikido – Die Kampfkunst der Samurai – eine der jüngsten japanischen Kampfkünste, ist eine gewaltfreie Budo-Disziplin, die sich sehr effiziente Verteidigungstechniken zur Grundlage macht. Eine Kampfkunst, die sowohl den Verteidiger schützt, als auch die Integrität des Angreifers bewahren kann. Aikido ist besonders auch geeignet für Frauen und für Menschen, die nicht über große Körperkräfte verfügen.

Wann: Montag, 19. August bis Montag, 16. September von 19.30h bis 21.00h
(5 Wochen immer am Montagabend)

Wo: Aikido-Mittelland, Hauptstrasse 9, 5024 Küttigen
(ehemalige Post Küttigen)

Alter: Zwischen 14 und 65 Jahren

Kleidung: Trainer, T-Shirt. Barfuss auf den Matten

Kosten: CHF 80.-- für den gesamten Kurs (zahlbar am 1. Kursabend)
(bis 18 Jahre CHF 50)

Anmeldung: per Mail (info@aikido-mittelland.ch)
auf unserer Webseite (www.aikido-mittelland.ch)
oder vor Ort für Kurzsentschlossene

Kursleitung Andy Raudies, 5. Dan Aikido; Carlos Lopez, 4. Dan Aikido

Kontakt: Telefon 062 544 97 94 oder 079 658 17 09

Wir freuen uns auf Ihren Besuch...