



Kompaktkurs „Aikido zum Kennenlernen“

Beginn: Ab dem 11. April 2018
Wann: 4 x jeweils mittwochs
Uhrzeit: 18:30 – 20:00 Uhr
Kursleiter: Stefan Leiendecker, 6. Dan Aikido

Aikido ist eine sanfte Selbstverteidigungskunst und eine aktive Form der Entspannung und der Ruhe. So ist Aikido in einem oftmals hektischen Alltag für viele Menschen ein optimaler Ausgleich.

Der neue Kurs richtet sich an Menschen jeden Alters, die diesen Ausgleich für sich suchen, die Lust haben, etwas Neues auszuprobieren oder die einfach Freude an Bewegung ohne jeden Wettbewerbsdruck haben.

Neben einer kurzen Einführung in die Geschichte des Aikidos haben Sie viel Gelegenheit Aikido praktisch zu erfahren.

Vielleicht gelingt es uns sogar, Sie für „mehr“ Aikido zu begeistern.

Es genügt bequeme Kleidung und die Lust sich auf neue Bewegungsformen einzulassen.

**Kursgebühr: Nichtmitglieder 20,00 € = 4 Einheiten
Für AdH-Mitglieder kostenlos**

Info:

Yuushinkan Dojo

www.aikido-weidenau.de

Email: aikidoweidenau@gmail.com

Tel: 0151-54426770

Jahnhalle AdH

Köhlerweg 20

57076 Siegen

