



# Aikidokurs für Einsteiger

für alle Altersgruppen ab 14 Jahren

**Ab dem 06. November 2017 immer montags von  
18:30-20:00 Uhr 18:30-20:00 Uhr  
mit S. Leiendecker 6. Dan Aikido**

Aikido gilt heute als eine moderne und zugleich sanfte Form der Kampfkünste. Die Idee von sportlichem Wettkampf, von Gewinnen oder Verlieren ist dem Aikido fremd. Dadurch ist diese Kunst der Bewegung für alle Altersgruppen gleichermaßen geeignet

Wer Selbstvertrauen, Kondition, Balance, Koordination, Konzentration Beweglichkeit und vieles mehr -sanft- entwickeln will, findet im Aikido eine gute Möglichkeit.

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

**Kursgebühr: Nichtmitglieder 40,00 € = 8 Einheiten,  
für AdH-Mitglieder kostenlos**

**Stefan Leiendecker**

**[www.aikido-weidenau.de](http://www.aikido-weidenau.de)**

**Email: [aikidoweidenau@gmail.com](mailto:aikidoweidenau@gmail.com)**

**Tel:0151-54426770**

**Trainingsort: FJM – GymnasiumSporthalle C**

**Ferndorfstr. 10**

**57076 Siegen**

**(Eingang von der Seite des Kreisklinikums)**

