

Aikido im frei:RAUM

Aikido Schnupperkurs

Aikido ist eine traditionelle japanische Kampfkunst. Im Training lernt ihr euch selbst zu behaupten und findet durch Atemübungen sowie fließende Bewegungen zu innerer Ruhe, Harmonie und Entspannung.

Zwei erfahrene Aikidokas möchten euch gerne einen Einblick in die Vielfalt des Aikidos geben.

Dazu bieten wir an drei Montagen im März (04., 11. und 25. März 2019) jeweils von 19:00 – 20:30 einen Schnupperkurs im frei:RAUM an.

Die Gebühr beträgt 5 Euro pro Abend bzw. 12 Euro bei Teilnahme an allen drei Terminen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es genügt bequeme Kleidung und die Lust, sich auf neue Bewegungsformen einzulassen.

Bei Rückfragen könnt ihr euch gerne an den unten angegebenen Kontakt wenden.

Wir freuen uns auf neue gemeinsame Erfahrungen.

Info:
Christian Manns
Email: christian.manns@arcor.de
Tel: 0170-1106613

Trainingsort:
frei:RAUM
Löhrstraße 30
57072 Siegen