

The logo features a stylized, grey silhouette of a person in a dynamic Aikido pose, possibly performing a throw or a sweep. The figure is centered and serves as a background for the main text.

# **Aikido- Workshop für Einsteiger**

**für alle Altersgruppen ab 14 Jahren**

**Am Montag, den 16. Oktober 2017 von 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.

In entspannter Atmosphäre erhalten Sie einen ersten Einblick in die japanische Kampfkunst Aikido und können prüfen, ob Sie einen unserer nächsten Anfängerkurse besuchen möchten.

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

**Kursgebühr:** Der Workshop ist 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)**

