

# AIKIDO

## Einführungskurs für Kinder und Jugendliche



**AI...**  
Harmonie, Liebe

**KI...**  
(Lebens-) Energie

**DO...**  
Weg



**Aikido – Die Selbstverteidigungskunst der Samurai** – eine der jüngsten japanischen Kampfkünste, ist eine gewaltfreie Budo-Disziplin, die sich sehr effiziente Verteidigungstechniken zur Grundlage macht.

In Aikido kommt es nicht auf körperliche Kraft an. Durch die Vielzahl von Bewegungen des gesamten Körpers werden vor allem auch koordinative und kognitive Fähigkeiten trainiert, was für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen entscheidend ist.

- Wann:** 06. März 2012 bis zum 27. März 2012  
Jeweils am Dienstag von 18.30h bis 19.30h
- Wo:** Germanenstrasse 10, 4313 Möhlin (3.OG)  
(im selben Gebäude wie das Bronx Gym und das No Limit Pub)
- Alter:** Zwischen 7 und 15 Jahren
- Kleidung:** Lange Trainerhose, T-Shirt. Barfuss auf den Matten
- Kosten:** CHF 50.-- für den gesamten Kurs (beim ersten Training zu bezahlen)
- Anmeldung:** per Mail: [info@aikido-fricktal.ch](mailto:info@aikido-fricktal.ch)  
Telefon: 079 658 17 09  
oder vor Ort für Kurzenschlossene
- Kursleitung:** Esther Brockmüller, 1. Dan Aikido  
Kevin Künzli, 1. Dan Aikido
- Weiteres:** Es ist genügend Platz für Eltern und Zuschauer vorhanden.  
Die Leiter der Schule stehen für Fragen und Auskünfte zur Verfügung.

**Wir freuen uns auf zahlreiches Erscheinen...**