

# AIKIDO

Die Kampfkunst der Samurai

## Einführungskurs Erwachsene

**Aikido** – Die Kampfkunst der Samurai – eine der jüngsten japanischen Kampfkünste, ist eine gewaltfreie Budo-Disziplin, die sich sehr effiziente Verteidigungstechniken zur Grundlage macht. Eine Kampfkunst, die sowohl den Verteidiger schützt als auch die Integrität des Angreifers bewahren kann.

Aikido ist besonders auch geeignet für Frauen und für Menschen, die nicht über große Körperkräfte verfügen.

**Wann:** Di, 18. Oktober bis Di, 15. November 2022 von 19.45h bis 21.00h  
Fr, 21. Oktober bis Fr, 18. November 2022 von 19.45h bis 21.00h

**Wo:** Germanenstrasse 10, 4313 Möhlin (3.OG)

**Alter:** Ab 14 Jahren

**Kleidung:** Trainer, T-Shirt. Barfuss auf den Matten

**Kosten:** CHF 100.-- für den gesamten Kurs, unter 18 Jahren CHF 60.--  
(zahlbar am 1. Kursabend)

**Anmeldung:** per Mail [info@aikido-fricktal.ch](mailto:info@aikido-fricktal.ch)  
oder vor Ort für Kurzentschlossene

**Kursleitung:** Andy Raudies, 5. Dan Aikido  
Marcel Zanyi, 4. Dan Aikido

Wir freuen uns auf Deinen Besuch...

