

# AIKIDO

## Einführungskurs Kinder und Jugendliche

合  
氣  
道

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:	Di, 18. August 2020 bis Di, 08. September 2020 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 (zahlbar am 1. Kursabend)
Anmeldung:	per Mail ( <a href="mailto:kinder@aikido-fricktal.ch">kinder@aikido-fricktal.ch</a> ) oder vor Ort für Kurzsentschlossene
Kursleitung:	Kevin Künzli, 3. Dan Aikido Oliver Braun, 3. Dan Aikido Regine Salathe Stärkle, 2. Dan Aikido

Weiteres: **Auf Grundlage der bis zum Einführungskurs herrschenden COVID-19-Situation behalten wir uns vor, denn Kurs kurzfristig abzusagen. Bitte informiere dich einen Tag vor Kursbeginn auf unserer Homepage über die Durchführung.**

Wir freuen uns auf Deinen Besuch...