

合
氣
道



www.aikido-belp.ch

Aikido-Einführungskurs

Aikido ist ein Weg zur Entwicklung von Körper und Geist auf der Grundlage der überlieferten japanischen Kampfkünste. Im Rahmen des regulären Dienstagstrainings von Aikido-Belp vermitteln wir in 6 Lektionen Einblicke in diese faszinierende Bewegungskunst ohne organisierte Wettkämpfe. Aikido ist für alle geeignet und bietet mit seinen Bewegungsabläufen einen wertvollen Ausgleich zum Alltagsleben und die Möglichkeit, die geistigen und körperlichen Kräfte und die Koordinationsfähigkeit weiterzuentwickeln.

Wann: Dienstags 8.1.-12.2.2019 / 6 x 90 Minuten / 19-20.30 Uhr

Wo: Aikido Dojo Belp, Burggässli 13, 3123 Belp

Kosten: 50.- / bitte zur 1. Lektion bar mitbringen

Mitbringen: Wenn vorhanden Keikogi oder Trainingsanzug / bequeme Kleidung (lange Aermel, lange Hose), ev. Duschzeug. Wir trainieren barfuss.

Anmeldung: vorstand@aikido-belp.ch

Samuel Hess 076 543 01 60

Anmeldeschluss: 5.1.2019