

Aikido ist eine moderne japanische Kampfkunst, die von Morihei Ueshiba zum Anfang des 20. Jahrhunderts aus anderen Kampfkünsten entwickelt wurde.

Seine Schüler*innen und wieder deren Schüler*innen geben Aikido im regelmässigen Training weiter – also ist es ein Prozess und die Weiterentwicklung einer Idee: Man muß nicht zerstören, um siegreich zu sein.

Aikido, wie wir es trainieren, ist Bewegung für deinen Körper und deinen Geist. Ruhe zu finden und sich selbst behaupten zu können, auch in schwierigen Situationen. Spass haben und gleichzeitig mit Respekt diese Kampfkunst zu praktizieren, ist uns wichtig.

Durch das Erlernen von unterschiedlichsten Bewegungen, Techniken, Formen, zuerst große und später immer kleinere, kann man sich selbst und seine Trainingspartner*innen besser kennen lernen.

Es gibt im Aikido keinen Wettkampf, kein Gegeneinander. Es ist die Idee von einem Miteinander, was diese Kampfkunst besonders macht.

#unser Aikido

Dahinter steht auch der Anspruch, den alltäglichen Stress und Leistungsdruck in der Freizeit auszugleichen und darüber hinaus, verbrauchte Energie wieder aufzutanken.

www.aikido-schnupperkurs.de

Aikido

die friedliche Kampfkunst in der List



Anfänger*innen Schnupperkurs im November_2019

7. bis 28. November 2019
an den Donnerstagen
20 - 21.30 Uhr
Anmeldung unter:
info@kyushindo.de

AikiKids

Kinder-Aikido bei uns ab der 1. Schulklasse

MOVE Body your

Die Teilnahme an dem Kurs ist ohne jede Vorkenntnisse möglich und bietet einen guten Einstieg in das regelmäßige Training.

der Kurs (4 mal am Donnerstag)
kostet einmalig 35 €

Trainingsort
Hannover/List:
Ricarda-Huch-Schule Hannover
Bonifatiusplatz 15
30161 Hannover

Das Training findet im Gymnastikraum der Ricarda-Huch-Schule statt (Haupteingang Schule – dann linker Treppenaufgang bis ganz oben).
Bitte 15 Minuten vor dem Trainingsbeginn da sein.

www.aikido-schnupperkurs.de

japanische Kampfkunst und Selbstbehauptung
in Hannover für Kinder, Jugendliche, Erwachsene

facebook.com/AikidoHannover
instagram.com/aikidovereinhanover

your and Mind

Regelmässige Trainingstermine

Montag
19.00 – 20.30 Uhr Aikido Jugendliche /
Erwachsene

Dienstag
18.00 – 19.00 Uhr AikiKids: Kinder ab 1.
Schulklasse
19.00 – 20.30 Uhr Aikido Erwachsene
20.30 – 21.30 Uhr Freies Training/
Prüfungsvorbereitung

Donnerstag
19.00 – 20.00 Uhr Bokken/Jo für
Jugendliche / Erwachsene
20.00 – 21.30 Uhr Aikido Erwachsene

AIKIDO

www.kyushindo.de