

Aikido für Kinder

von 5-8 Jahren

合氣道



Unser Dojo befindet sich in der
**Turnhalle der
Modersohn-Grundschule**
in der Niemannstr. 2,
10247 Berlin-Friedrichshain

Telefon: 030–975 35 50
www.aikido-friedrichshain.de
heiko_astalosch@freenet.de

Aikido ist eine dynamische und gewaltlose Form der Selbstverteidigung. Im Aikido gibt es keinen Wettkampf.

Wir üben immer mit einem oder mehreren Partnern . Es ist vollkommen gleich, ob Dein Partner groß oder klein, schlank oder stark, Mädchen oder Junge ist.

Als Anfänger lernst Du zunächst, einem Angriff geschickt auszuweichen und sicher zu fallen. Die Fallschule schützt Dich vor Verletzungen.

Aikido-Techniken erfordern viel Konzentration. Zum Training gehören deshalb auch Spiele und gymnastische Übungen.

Wir trainieren am:

Montag von 17.00-18.00 Uhr

und am

Mittwoch von 16.00-17.00 Uhr

