



**Traditionelle
Japanische
Kampfkunst**



AIKIDO

! Neuer Grundkurs !

AIKIDO wurzelt in den Selbstverteidigungskünsten der Samurai. Heute hilft es uns, innere und äußere Balance zu finden und dient somit der körperlichen und mentalen Gesundheit.

AIKIDO spricht Menschen jeden Alters an, die körperliche Aktivität mit geistiger Regsamkeit verbinden wollen.

In unserem Kurs erlernen Sie grundlegende Bewegungsformen und Techniken sowie die Fallschule. Sie üben in einem traditionellen Dojo in ernster und zugleich entspannter Atmosphäre.

Zeit: jeden Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

Beginn: 17. September 2019

Dauer: 3 Monate

Ort: Dojo Musokai, Melanchthonstr. 39b

Kosten: 60 Euro

Veranstalter: 1. Görlitzer Karate- u. Aikidoverein e.V.

Kontakt: Hagen Wießner (3. Dan Aikido)
Tel.: 035 81 / 72 68 41, 0178 / 440 36 85
www.karate-goerlitz.de / www.kenkokan.de