# AIKIDO

Die Kampfkunst der Samurai

# _Einführungskurs Kinder und Jugendliche

**Aikido** – Die Kampfkunst der Samurai – eine der jüngsten japanischen Kampfkünste, ist eine gewaltfreie Budo-Disziplin, die sich sehr effiziente Verteidigungstechniken zur Grundlage macht.

Im 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, 20. August bis Di, 10. September 2024**<br>**Jeweils am Dienstag von 18:30h bis 19:30h** |
| **Wo:** | **Germanenstrasse 10, 4313 Möhlin (3.OG)** |
| **Alter:** | **Zwischen 7 und 15 Jahren** |
| **Kleidung:** | **Lange Trainerhose, T-Shirt. Barfuss auf den Matten** |
| **Kosten:** | **CHF 50.-- für den gesamten Kurs**<br>**(zahlbar am 1. Kursabend)** |
| **Anmeldung:** | **per Mail kinder@aikido-fricktal.ch**<br>**oder vor Ort für Kurzentschlossene** |
| **Kursleitung:** | **Regine Salathé, 3. Dan Aikido, J+S-Leiterin**<br>**Raul Napolitano, 1. Kyu Aikido, J+S-Leiter** |
| **Weiteres:** | **Es ist genügend Platz für Eltern und Zuschauer vorhanden.**<br>**Die Leiter der Schule stehen für Fragen und Auskünfte zur Verfügung.** |

**Wir freuen uns auf Deinen Besuch...**

Aikido Fricktal