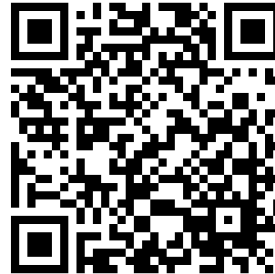


合気道



AIKIDO

Lernen.
Erleben.



WAS IST AIKIDO?

Aikido ist harmonische, aggressionslose Selbstverteidigung. Aikidoka verteidigen sich mit Hebeln und Würfen, setzen dabei aber nie eigene Kraft ein – sie nutzen die Kraft des Angriffes. Doch es steckt mehr dahinter: Mit Aikido wird ein Weg beschrieben, die Spirale aus Gewalt und Gegengewalt zu durchbrechen.

WER DARF MITMACHEN?

Aufgrund der besonderen, runden Bewegungen spielen Kraft und Größe keine Rolle. Frauen und Männer, Starke und Schwache, Große und Kleine können alle gemeinsam trainieren.

WANN UND WO TRAINIERT IHR?

Wenn du mit Aikido anfangen möchtest, bietet sich unser Anfängerkurs an. Der nächste findet **Dienstags vom 07.05.-09.07.19** im Untergeschoss der Gebrüder Apfelbeck Halle des TSV München-Milbertshofen e.V., Hans-Denzinger-Str. 2, 80807 München (Wegbeschreibung auf Website) statt.

WAS BRAUCHE ICH?

Für den Start reichen ein bequeme Sportkleidung (T-Shirt, Jogginghose), Badeschlappen und etwas zu trinken.

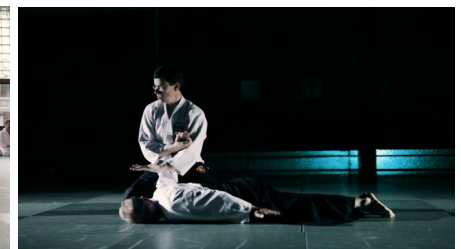
WAS KOSTET DER KURS?

Der gesamte Kurs kostet 65 Euro bzw. 50 Euro ermäßigt (Studenten, Schüler).

DU MÖCHTEST MEHR ERFAHREN?

Besuche uns im Internet auf

<http://www.aikido-muenchen.de/>



Die Urheberrechte an den Bildern liegen bei Mikos Savic.