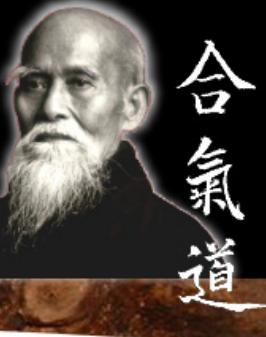




# Shin 真 Dojo

Traditionelles Aikido



## AIKIDO

### ANFÄNGERKURS März 2026

**Wo:** Shin Dojo - Schule für Aikido  
Hauptstraße 53, 63920 Großheubach

**Beginn:** Mittwoch, 11. März 2026

**Ende:** Mittwoch, 25. März 2026

**Wann:** mittwochs u. freitags 19<sup>15</sup> – 20<sup>30</sup> Uhr

**Wer:** Alle (ab 12 – 59+ Jahren), geeignet für Männer & Frauen

**Kosten:** EUR 59,--

**Lehrer:** Thorsten Reck, 5. Dan Aikido  
Sandra Zirbus, 2. Dan Aikido

Wir bieten einen Anfängerkurs über 5 Trainingseinheiten an.

Lernt das japanische Aikido kennen, das seine Wurzeln in den jahrhundertealten Kampfkünsten der Samurai hat.

Schritt für Schritt werden Bewegungsformen, die Fallschule und die ersten Techniken dieser faszinierenden Kampfkunst gelehrt. AIKIDO ist eine Lebenseinstellung. Ein Weg den man zusammen mit anderen Übenden gemeinsam gehen kann.

Teilnehmer benötigen nur bequeme Kleidung, wie z.B. lange Jogginghose, T-Shirt od. Sweat-Shirt, sowie ein Paar Flip Flops od. Crocs, etc.) für den Weg von der Umkleide bis zur Matte.

Verbindliche Anmeldung (per E-Mail) unter  
Angabe von: Name, Alter, Adresse & Telefonnummer.

Teilnehmerzahl begrenzt! Wir bitten daher um möglichst frühzeitige Anmeldung um die benötigten Plätze reservieren zu können.

#### Anfrage & Anmeldung:

Shin Dojo – Schule für Aikido, Hauptstraße 53, 63920 Großheubach  
Inh. Thorsten Reck - Internet: [www.shindojo.de](http://www.shindojo.de)  
per E-Mail an : [info@shindojo.de](mailto:info@shindojo.de)