



# Shin 真 Dojo

Traditionelles Aikido



## AIKIDO

### ANFÄNGERKURS Okt. 2023

<b>Wo:</b>	Shin Dojo - Schule für Aikido Hauptstraße 53, 63920 Großheubach	<b>Wer:</b>	Alle (ab 12 Jahren), geeignet für Jugendliche, Männer & Frauen
<b>Beginn:</b>	Mittwoch, 04. Oktober 2023	<b>Kosten:</b>	EUR 59,--
<b>Ende:</b>	Mittwoch, 18. Oktober 2023	<b>Lehrer:</b>	Thorsten Reck, 4. Dan Aikido Sandra Zirbus, I. Dan Aikido
<b>Wann:</b>	mittwochs u. freitags 19 <sup>15</sup> – 20 <sup>30</sup> Uhr		

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)