

Aikido

Kursnummer 584

Kosten: 60€

Abrechnung direkt mit Übungsleiter



AI - Harmonie KI - Energie DO - Weg

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler ab 3. bis 8. Klasse, alle Schularten
(max. 12 Teilnehmer je Gruppe)

Kurzbeschreibung

Aikido ist eine japanische Selbstverteidigungskunst mit wirkungsvollen, eleganten Elementen. Spielerisch fließen die Techniken ins Training ein und fördern so Konzentrationsfähigkeit, körperlich und geistige Entwicklung und steigern das Selbstvertrauen und die Selbstsicherheit.

Von einem erfahrenen Trainer wird dir gezeigt, wie du dich wehren kannst, ohne Schaden zuzufügen und sicher zu fallen ohne dir weh zu tun. Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit können gut mit Spaß am Sport kombiniert werden. Gelernt werden auch Fairness, Einhalten von Regeln und Rücksichtnahme.

Du brauchst bequeme Sportkleidung (kein Sportschuhe), Lust an Bewegung und ein bisschen Disziplin um deine Erfolge erleben zu können.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Grundschüler beginnen vor dem Training mit einer kleinen Mittagspause.

Nähere Informationen rund ums Training unter www.aikidoweg.de

Termin/Ort: ab 24.02.2016 und 26.02.2016 Sporthalle der WLS

Zeit: Freitags 13.15 Uhr-14.45 Uhr

Zeit: Mittwochs 17.00 Uhr-18.30 Uhr

Ende März werden die Turnhallen saniert. Unser neues Dojo befindet sich in der Bleichstr.18.

Trainer Harald Pitsch
Ausbilder, Aikido-Lehrer, Erziehungsberater

Kontakt Mail: harald.pitsch@gmx.de oder Tel.: 0911/32 84 02