

September 2016

# AIKIDO FÜR ANFÄNGER



© aikido oberursel

Gewaltfreie japanische Kampfkunst

## AIKIDO-ANFÄNGERKURS IM SEPTEMBER 2016

Herzliche Einladung zur Aikido-Anfängerkurs!

Lerne in dem vierstündigen Kurs die Grundlagen dieser faszinierenden japanischen Kampfkunst kennen.

Aikido findet immer mehr Anhänger, da es Konzentration, Reaktionsvermögen und Beweglichkeit fördert und dabei hilft, in Konfliktsituationen selbstbewusst aufzutreten.

Aikido ist für Frauen und Männer aller Altersstufen geeignet (ab 14 Jahre) und setzt keine besonderen Vorkenntnisse oder Fitness voraus. Mehr Informationen auf unserer Internetseite unter „Dojo > Häufige Fragen“.

Für den Anfang reicht bequeme Sportkleidung (lange Jogginghose, Sweatshirt oder T-Shirt mit Ärmeln); trainiert wird barfuß.

Sonntag, 11. Sept.: **18 - 19 Uhr**  
Donnerstag, 15. Sept.: **20 - 21 Uhr**  
Sonntag, 18. Sept.: **18 - 19 Uhr**  
Donnerstag, 22. Sept.: **20 - 21 Uhr**

Einstieg ist zu jedem Termin möglich; wir empfehlen aber die Teilnahme an allen Terminen, da die Einheiten lose aufeinander aufbauen.

Bitte jeweils 15 Minuten früher da sein!

Unterricht auf Wunsch auch mehrsprachig (DE, EN)

**Veranstaltungsort:**

TV Weißkirchen  
Oberurseler Str. 16  
61440 Oberursel  
(ca. 20 Minuten von Frankfurt)

**Anfahrt:**

<http://aikido-oberursel.de/de/anfahrt>

**Kontakt:**

[dojo@aikido-oberursel.de](mailto:dojo@aikido-oberursel.de)  
Mobil (0172) 86 36 101 (Klaus)  
<http://aikido-oberursel.de>

Mit der Teilnahme akzeptierst Du die Teilnahmebedingungen auf unserer Website (Menüpunkt „Teilnahmebedingungen“). Diese liegen beim Seminar auch in Papierform aus. Das Aikido-Dojo Oberursel ist eine Abteilung des TV 1889 Weißkirchen/Ts. e.V.