



Wann:

Ab 25.11.2015

Immer Mittwochs

20:00-22:00

Wo:

Sporthalle der 62.

Grundschule

Pillnitzer Landstrasse 38

Kontakt:

Stefan Bock

aikido@hzdr.de

Alternativer

Trainingsort:

Immer Montags

18:00—20:00

Sporthalle der 93. GS

Marienberger Str. 7

Der Sportverein Forschungsstandort Rossendorf lädt zum

AIKIDO

Anfängerkurs

ein.

Aikido ist eine friedvolle, moderne, Kampfkunst, die aus traditionellen Budo-Künsten hervorgegangen ist. Es versteht sich als rein defensives Verteidigungssystem. Ziel ist die Neutralisation des Angreifers ohne Verletzung seiner körperlichen oder geistigen Integrität.



Der Anfängerkurs findet das erste Mal am Mittwoch den 25.11. statt und geht bis zum 16.12. Im Rahmen der vier Termine des Kurses wird ein Einblick in die Grundlagen des Aikido vermittelt, so wie einige typische Techniken geübt. Ein späterer Einstieg in den Kurs ist

kein Problem.

Mitzubringen sind lockere Sportkleidung, ein Paar Latschen für den Weg von der Umkleidekabine zur Matte und gute Laune. Die Aikidoka des SV FS Rossendorf freuen sich auf zahlreiche neue Teilnehmer!

