



# 合気道

## **AIKIDO**

### **Anfänger Kurse März-Mai 2013**

„Aggression zu kontrollieren ohne Verletzungen zuzufügen, das ist der friedvolle Weg“ (Ueshiba Morihei, Gründer des Aikido, „The Art of Peace“)

AIKIDO ist eine japanische Budo-Kunst; sie wurde etwa 1950 durch Sensei M. Ueshiba zu ihrer heutigen Form entwickelt.

Wir veranstalten ab März bis Mai 2013 spezielle Trainingszeiten, in denen die Grundlagen des Aikido geübt werden - Eine gute Gelegenheit für alle, die Aikido kennen lernen wollen.

Gezeigt, erklärt und geübt werden:

*Die Etikette beim Budo und ihre Funktion*

Das Dojo, die Waffen, der Übungspartner

*Die technische Grundlagen des AIKIDO*

Die angewendeten Prinzipien

*Basistechniken des AIKIDO*

Die typischen Techniken

*Was ist am AIKIDO anders...*

Die Theorie zu den Techniken



|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>Leitung</b>  | : | die Aikido Trainer des ETV  |
| <b>Teilnehmer</b>   | : | ab 16 Jahre   |
| <b>Bitte für den gewünschten Trainingstermin anmelden</b> |   |   |
| <b>Zeiten</b>   | : | Dienstag 19:40 – 21:40  |
|   | : | Donnerstag 18:00-20:00  |
|   | : | Freitag 19:30-20:30   |
| <b>Ort</b>  | : | ETV Bundesstr. 96, Dojo 1   |
| <b>Unkostenbeitrag</b>                                    | : | 10 Euro/Monat , ETV Mitglieder 5 Euro   |
| <b>Anmeldung</b>  | : | Tel. 490 31 36 , 491 89 56  |
|   |   | oder per email : <a href="mailto:Ronald.Kuegler@gmx.de">Ronald.Kuegler@gmx.de</a> |

weitere Infos unter : <http://www.aikido-eimsbuettel.de/>