



# SCHNUPPERKURS

MONTAGS

3. 11. - 15. 12. 08 # 20 - 22 h # 50 €

Für Erwachsene, die neugierig auf neue Konzentrations- und Bewegungsmöglichkeiten sind und die die japanische Kampfkunst AIKIDO kennen lernen wollen.

Der Schnupperkurs ermöglicht den TeilnehmerInnen in einer entspannten Atmosphäre einen Einblick in das Aikidotraining mit seinen unterschiedlichen Facetten und Übungsformen.

Die Teilnahme an dem Kurs ist ohne Vorkenntnisse möglich und bietet einen guten Einstieg für das Erwachsenentraining.



# AIKIDO

KAMPFKUNST ALS WEG ZUR HARMONIE  
ZWISCHEN KÖRPER & GEIST

极心道

KYUSHIN-DO

AIKIDO Verein in Hannover e.V.

Hannover/List - Ricarda-Huch-Schule

Bonifatiusplatz 15

[www.kyushindo.de](http://www.kyushindo.de)