

AIKIDO

合

GYERMEK – JUNIOR – FELNŐTT
KOROSZTÁLYOKBAN

氣
道
柔
道



MOZOGJVELÜNK!
A tagfelvétel folyamatos!



Alapítva: 2003



A japán Aikidó a harmónia és az együttműködés harci útja. Dobások, ízületi technikák és rögzítések átfogó rendszere. Kifinomultsága lehetővé teszi, hogy a fizikailag gyengébb fél is megvédje magát az erősebb támadóval szemben. Hagyományos japán eszközökkel is foglalkozik, mint a fakard, bot és tőr. Az edzés közege helyes tartásra nevel, mozgásra ösztönöz, közvetlenül és pozitívan hat a testi és lelki egészségre. A gyakorlás nélkülözi a durvaságot és a versengést, mindenki számára elérhető.

Vezető oktató: dr. Polgár András (5. dan), mérnök-tanár, sportoktató

JELENTKEZÉS EDZÉSIDŐBEN!

Edzések:

8-14 év: **Gyerek-kezdő** (min. 10 fő esetén): P: 18:00-19:00 h;
Gyerek-haladó: H, Sze: 18:00-19:00 h
14-16 év: **Junior:** H, Sze: 19:00-20:00 h
16 évtől: **Felnőtt:** H, Sze, P: 19:00-20:30 h

Helyszín: FIT – BUDO CENTER, Sopron, Győri u. 42. (Ford Szalon felett). Az udvarban, I. em.

Tel.: +36-30/35 17658

<http://aikido.sopron.hu> <https://facebook.com/aikidomeishin>