

AIKIDO

合

GYERMEK – JUNIOR – FELNŐTT
KOROSZTÁLYOKBAN

氣
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 tör. 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:

10-14 év: Gyermekek: H, Sze: 18:00-19:00 h

14-16 év: Junior: H, Sze: 19:00-20:00 h

16 évtől: Felnőtt: H, Sze: 19:00-20:30 h, P: 18:00-19:30 h

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

Tel.: +36-30/3517658

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