

Aikidō

Bewegung in Einheit von Geist und Körper



weitere Informationen:
www.aikido-bad-belzig.de



Aikidō (japanisch: 合氣道) hat als Kampfkunst das Ideal, einem Angriff nicht mit Gegengewalt zu begegnen, sondern selbst in einer körperlichen Auseinandersetzung zu deeskalieren und einen harmonischen Zustand anzustreben.

"Kampfkunst" bedeutet, dass im Üben die gesunde und harmonische Bewegung Vorrang vor purer Effektivität um jeden Preis hat. Im Aikido gibt es keinen sportlichen Wettkampf und wir üben gemeinschaftlich möglichst ohne Konkurrenz.

Der Grundkurs richtet sich an Frauen und Männer jeden Alters. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gesundheitliche Einschränkungen lassen sich erfahrungsgemäß oft individuell integrieren (bitte ggfs. vorher besprechen!). Jugendliche können teilnehmen, sofern sie die Konzentration und Reife für ein Erwachsenen-Training aufbringen.

Ort: Bad Belzig, Shinson Hapkido Dojang, Wittenberger Str. 6 A

Zeit: ab 11.03.2025, 18:30 bis 20:00 Uhr, 8x Di

Kursleitung: Michael Nahrath

Entgelt: 64,00 €, erm. 44,80 €

Kurs-Nr.: F25B30208



Kreisvolkshochschule
Puschkinstraße 13
14806 Bad Belzig

Telefon: 033841 45430
info@kvhs-pm.de
www.kvhs-pm.de