



# **AIKIDO** INTRO-KURS

**am 12. Februar 2011**

**am 12. März 2011**

**am 16. April 2011**

**Kursdauer: von 11-13 und 15-17h**

**Kosten: 25 Euro**

Anmeldung und Information:

**Kikentai Berlin,**

**Schule für Kampfkunst & Bewegung**

Palisadenstraße 49, 10342 Berlin

**0172.316 23 59**

[info@kikentai-berlin.de](mailto:info@kikentai-berlin.de)

[www.kikentai-berlin.de](http://www.kikentai-berlin.de)

Aikido spricht Menschen jeden Alters an, die körperliche Aktivität mit geistiger Regsamkeit verbinden wollen. Innere und äußere Haltung werden geschult und drücken sich in ästhetischen Bewegungen aus.

Im Intro-Kurs kannst Du Dich mit dem Wesen der japanischen Kampfkunst vertraut machen. Neben Basisbewegungen wie Schrittfolgen und der Fallschule lernst Du erste einfache Techniken, welche die Energie des Angriffs intelligent nutzen.



KI-KEN-TAI Berlin

**Ken-Jutsu**

**Aikido**

**Jiu-Jitsu**