

Jetzt neuer Anfängerkurs!
Ab 8. Oktober 2018
Montags, 19 Uhr



AIKIDO

AIKIDO

Aikido ist eine japanische Kampfkunst und effektive Selbstverteidigungssportart. Wir trainieren Wurf- und Haltetechniken ebenso wie den Umgang mit Schwert und Stock. Ziel ist es, die Energie des Angreifers für sich zu nutzen und gegen ihn umzuleiten.

TRAINIEREN

Wir bieten abwechslungsreiche, zielorientierte und inspirierende Trainingseinheiten. Unabhängig von Stärke, Alter und Geschlecht werden Koordination, Beweglichkeit, Kondition und Kraft individuell gesteigert. Neben der körperlichen Fitness kommt auch das Mentale nicht zu kurz. Bereits nach kurzer Zeit findest Du zu neuer Präsenz, Intuition, Entschlossenheit und Gelassenheit. Dies alles kommt Dir auch im Alltag zugute.

BEGINNEN

An mehreren Abenden in der Woche kannst Du bei uns in kleinen, intensiven Gruppen in zentraler Lage effizient und nachhaltig trainieren. Unsere kompetenten Trainer geben gerne ihr zertifiziertes Fachwissen an Dich weiter und schaffen Trainingserlebnisse die genau auf Dich zugeschnitten sind. Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich. Gerne kann auch Dein Partner, Freund oder Bekannter mittrainieren.

KONTAKT

Robert Hiemer
4. Dan Aikido, 5. Dan Karate, 2. Dan Iaido
Tel 01 60 . 1 70 99 27 · www.nuernberg-aikido.de
www.facebook.com/nuernbergaikido
Training im Dojo des Karate Sportclub Nürnberg e.V.
Pillenreuther Straße 46 · 90459 Nürnberg

STÄNDIG NEUE ANFÄNGERKURSE
KLEINE LERNGRUPPEN
KOSTENLOSES PROBETRAINING
ZENTRALE LAGE
GÜNSTIGE BEITRÄGE