



Dutch Aikikai Foundation

AANKONDIGING

Aikido Centrum Schiedam

start Aikido lessen bij Peds Sports Centre!

docent: Richard Koning (2e dan Aikikai – lijn Tissier)

1^e les start bij 10 aanmeldingen!

Schrijf je nu in via **contact@aikidoschiedam.nl** of
bel **06-39203429**

Dag en tijd	Elke dinsdagavond van 20.00 tot 21.00 uur
Locatie	Peds Sports Centre (www.pedssportscentre.nl) Westfranklandsedijk 1 3115 HG te Schiedam
Lesgeld	€ 24,00 per maand (bij automatische incasso; volwassenen)
Informatie	Aikido is een relatief jonge verdedigingskunst ontwikkelt door Morihei Ueshiba (1883-1969). Naast het aanleren van efficiënte verdedigingstechnieken is Aikido gericht op de ontwikkeling van lichaam en geest. Met de juiste houding, het ontwikkelen van centrum (ki, levensenergie) om autonoom te kunnen bewegen en zonder weerstand (frictie) op te wekken is de Aikido beoefenaar in staat om bij de tegenstander - zonder te vechten - de agressie te neutraliseren en de situatie te controleren, “de-escaleren”. Aikido kent geen krachtmeting en competitie en kan zodoende veilig door zowel dames als heren worden beoefend. De basis en fundering (constructie) die in Aikido d.m.v. structurele training wordt neergelegd geeft een ieder mogelijkheden tot verdere persoonlijke ontwikkeling op basis van de Aikido filosofie.



Voor meer informatie: **www.aikidoschiedam.nl**