



www.aikido-ostlava.cz

AIKIDO

SKP OSTRAVA

NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ

(od 15-ti let)

Ukázková hodina

Úterý 2. února 2010

19:30 - 20:30

Nábor probíhá celý měsíc únor!

Cvičení probíhá ve sportovní hale TJ Mittal Ostrava, Varenská 40a (za tenisovými kurty). Zastávka autobusu/trolejbusu Stanice záchranné služby.

Tréninky jsou v časech:
v úterý (19:45 - 21:45)
ve čtvrtek (20:00 - 21:45).

První trénink proběhne ve čtvrtek 4. února 2010.

Aikido je moderní japonské bojové umění vycházející z dávného umění samurajů. Principem Aikido je využití útočnickovy síly k jeho zneškodnění.

Aikido není sportovní disciplínou, jeho cvičení je vhodné pro všechny bez rozdílu věku či pohlaví.

Součástí výuky jsou základní techniky Aikido, dechová a meditační cvičení, základy práce se zbraněmi.

Výuku vedou nositelé mistrovských stupňů.

Další informace: 605 587 221

www.aikido-ostlava.cz

info@aikido-ostlava.cz

