

## Schnupperkurs Aikido

Die Traditionelle Aikido-Schule Rostock e.V. lädt ein zu einem **dreitägigen Training** für Neugierige. Aikido ist eine **innere Kampfkunst**, welche die Einheit mit dem Kampfpartner lehrt. Aikido kann helfen Konflikten **ohne Aggression** zu begegnen. Der Angriff wird aufgenommen und dessen Energie (Kraft) genutzt, um den Angreifer zu Fall zu bringen. Der Aikidoka arbeitet mit Würfen und Hebeln, wobei die ausgeführte Technik mit einer Kontrolle abschließt.

**Ziel ist es, den Angreifer ohne Verletzungen zu kontrollieren und zu fixieren.**

### Wo?

Stadtteil- und Begegnungszentrum Groß Klein "Börgerhus"  
Gerüstbauerring 28  
18109 Rostock

### Wann?

Mo	11.02.2008	14.00 - 16.00 Uhr
Di	12.02.2008	14.00 - 16.00 Uhr
Mi	13.02.2008	14.00 - 18.00 Uhr

Der Einstieg ist bei gleichbleibendem  
Beitrag auch Dienstag oder Mittwoch möglich!

### Unkostenbeitrag:

3 Euro insgesamt

### Wer?

Jeder von 6 -99  
in langen Sporthosen  
ist willkommen.

### Kontakt:

Traditionelle AIKIDO-Schule Rostock e.V.  
Tel: 0176 / 24274258  
E-Mail: [info@aikidorostock.de](mailto:info@aikidorostock.de)  
[www.rostock-aikido.de](http://www.rostock-aikido.de)

### oder

Lars Müller (Börgerhus), Tel: 0381 / 1217355, E-Mail: [boergerhus@awo-rostock.de](mailto:boergerhus@awo-rostock.de)

