

A i k i d o - Anfängerkurs



Ai bedeutet soviel wie **Harmonie**



'**Ki**' bedeutet hier **Energie**



'**Do**' bedeutet **Weg**

Aikido ist eine japanische Kampfkunst, die in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts von Morihei Ueshiba entwickelt wurde.



Aikido ist eine wirksame Selbstverteidigung und ein Weg zu sozialem Verhalten, Verantwortungsbewusstsein und kameradschaftlichem Miteinander.

Respekt - Toleranz - Fairness – Disziplin sind Schlüssel auf der Reise zum Aikido

Wir legen Wert auf ein freudvolles Miteinander in Achtsamkeit

Aikido-LEW (www.aikido-lew.de) ist seit vielen Jahren eine Gruppe in der **Betriebssportgemeinschaft der LEW**, in der auch Nicht-LEW-Mitarbeiter immerzu willkommen sind.

Aikido eignet sich **für Alle**, Frauen und Männer, ab 14 Jahre, **auch** für „**Sporteinsteiger/innen**“. Ein Start mit Aikido ist prinzipiell jederzeit möglich, besser eignet sich jedoch ein **Anfängerkurs** wie dieser:

Wann: **6x dienstags** vom **25. Februar – 31. März 2020**
jeweils von **19:00 – 20:30 Uhr**

Wo: c/o. LEW TelNet GmbH, Oskar-von-Miller-Straße 1 b, 86356 Neusäß
(Nähe Klinikum)
Bitte an der Eingangstür zum Innenhof bei „**Sportbereich**“ läuten

Mitbringen: bequeme Sportkleidung (und 30.-€)

Info und Anmeldung: juergen.haugg@lew-verteilnetz.de
[Peter Hauschke](mailto:Peter.Hauschke) - 0178 1985647

