



**AIKIDO CLUB**

# AIKIDO

## TAG DER OFFENEN TÜR

### 26. FEBRUAR 2022

VON 10.00 BIS 17.30 UHR IM TURNSAAL DER VOLKSSCHULE  
ST. JOSEF FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE!

Aikido lehrt uns gelassen und beweglich auch in kritischen Situationen zu bleiben.  
Wir kräftigen unser Immunsystem, stärken unsere Gesundheit.  
Freude, Körpergefühl und gemeinsame Bewegung stehen im Vordergrund!

#### Programm:

- 10.00–11.30 Uhr: Allgemeines Schnupper-Training für Groß und Klein  
11.30 Uhr: Wir informieren über Aikido, unseren Aikidoclub und die neuen Mitgliedschaften  
Pause/Mittagessen  
14.00–16.00 Uhr: Generelles Training, Grundtechniken für KYU-Prüfungen (Groß und Klein)  
16.00 –17.30 Uhr: Buki Waza, wir trainieren mit unseren Aikido Holz-Waffen  
Jo und Bokken (sind ausreichend verfügbar)  
Gemeinsames Ausklingen  
nach Lust und Laune in unserem Vereinslokal

Leitung: Rainer Loidl (2. Dan Aikikai), Tel.: 0664/100 80 73, E-Mail: rainer.loidl@aikidoclub.at

**Es gelten die aktuellen COVID-19 Schutzmaßnahmen: 2G/Ninja Pass  
Bitte gültige Bestätigungen mitbringen!**



Mitglied von:



In Kooperation mit:



Ausgezeichnet mit:

