



Trainingszeiten

Anfänger (auch Probestunde für Einsteiger):

Dienstag 20:00 - 21:00
 Donnerstag 19:00 - 20:30
 Freitag 19:30 - 20:30

Fortgeschrittene:

Montag 7:00 - 8:00
 Dienstag 20:00 - 22:00
 Freitag 19:30 - 21:30

Aikido-Sportgruppe für Menschen mit MS

(Übungen im Sitzen und teilweise im Stehen)

Montag 19:00–20:00/Mittwoch 9:00 – 10:00 Uhr

Spezial-Training:

Dienstag und Freitag Stock- und Schwert-
 Techniken beim Fortgeschrittenen-Trainings
 Donnerstag: Schwerpunkt Generation 50+

Ort:

Dojo I im ETV-Gebäude
 Bundesstrasse 96 , 20144 Hamburg
 Tel : 040 / 40 17 69 0

**Das Training wird durch graduierte Aikido –
 Lehrer (DAN-Träger des AIKIKAI-Deutschland)
 angeleitet.**

Weitere Infos unter:www.aikido-eimsbuettel.de



合気道



AIKIDO

Energie in Bewegung,
 Kampfkunst
 ohne Gewalt

„Aggression zu kontrollieren ohne Verletzungen
 zuzufügen, das ist der friedvolle Weg“
 (Ueshiba Morihei, Gründer des Aikido, „The Art of
 Peace“)

Die japanische Kampfkunst Aikido wurde in Japan
 von Meister Ueshiba (1883-1969) entwickelt. In-
 nerhalb weniger Jahre hat sie sich weltweit ver-
 breitet

Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
 Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de

Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
 Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de

Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
 Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de



Typisch für Aikido ist, dass durch kreis- bzw. spiralförmige Bewegungsabläufe die Energie eines Angriffs ins Leere gelenkt oder zur Abwehr benutzt wird.

Wer kann Aikido trainieren?

Wer sich gerne dynamisch bewegt, findet im Aikido eine außergewöhnliche Sportart, bei der gleichzeitig Beweglichkeit und Ausdauer als auch eine wache und klare Geisteshaltung trainiert wird.

Im Aikido gibt es keine Trennung in Alters- oder Gewichtsklassen. Es ist für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet.

Aikido Wettkämpfe?

Im Aikido gibt es keine Wettkämpfe. Durch das Üben von Angriff und Verteidigung lernt man die Grundlagen und Ideen des Budo. Und kommt dem Ziel,
- im Einklang (**AI**)
- Körper und Geist (**KI**) wirken zu lassen,
- beim Training (**DO**) näher.

Probetraining ?

Entweder das Training ansehen. Oder, besser, gleich zum Anfänger Termin kommen und kostenlos am Probetraining teilnehmen (bitte telefon. oder per Mail anmelden)
Es gibt Trainingszeiten für Anfänger und Fortgeschrittene.



Kontakt:

015253767943/ 490 31 36 Ronald Kügler
01604441234 / 589 08 39 Volker Platz
491 89 56 Peter Roscher

Weitere Informationen zu Kontakt, Training, Veranstaltungen etc. stehen auf unserer WEB-Seite im Internet.



Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de

Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de

Die ganze Welt des Sports

Eimsbütteler Turnverband e.V. • Bundesstr. 96 • 20144
Hamburg Tel: 040 / 40 17 69 – 0 • www.etv-hamburg.de