

Aikido

Aikido je japonské bojové umění harmonicky rozvíjející tělo i ducha. Svým nenásilným defenzivním pojetím boje je vhodné pro všechny věkové kategorie, muže i ženy. Studium zahrnuje boj beze zbraně, boj s holí (jo), mečem (bokken) a nožem (tanto). Součástí výuky jsou dechová a meditační cvičení.

Výuku vede T. Gurný, 4. Dan



Nábor začátečníků březen 2015

**SOŠ Dopravní
Moravská 2/964
Ostrava-Vítkovice**

**Kontakt:
tel: 596 258 330
e-mail: info@kaigensin.cz**



www.kaigensin.cz

www.facebook.com/Aikido.Kaigensin