



„Gewalt mit Gegengewalt zu begegnen ist immer destruktiv: Der Weg der Harmonie besteht darin, sich und andere von Hass freizumachen.“

O Sensei



Nähere Informationen bei:

Udo Dittrich

069 690 28888 oder 70640

info@aikido-flughafen.de

www.aikido-flughafen.de

und auch im Skynet und Galaxynet der Fraport AG



Fraport AG
Frankfurt Airport Services Worldwide
60547 Frankfurt am Main
www.fraport.de



Betriebssportgruppe

Aikido

Kampfkunst für jeden



Was ist Aikido?

Aikido ist eine aus Japan stammende moderne Selbstverteidigungskunst, die von „O Sensei“ Morihei Uyeshiba (1883-1969) aus den klassischen Kampfkünsten weiterentwickelt wurde.

Aikido ist betont defensiv und kennt keine Angriffstechniken, ist aber trotzdem eine sehr effektive Form der Selbstverteidigung. Die Energie des Angreifers wird mit fließenden, fast tänzerischen Bewegungen vom Verteidiger aufgenommen und letztendlich in eine Wurf- oder Haltetechnik umgewandelt. Die Techniken sind so angelegt, dass trotz kompromissloser und effektiver Abwehr und Kontrolle des Angriffs der Angreifer keinen Schaden nehmen muss – das macht Aikido einzigartig.

Gewaltfreie Kampfkunst?

Der Aikidoka versucht in der Regel, den Angreifer nicht zu verletzen, sondern ihn in eine Situation zu führen, in der er sich beruhigen kann. So soll dem Angreifer die Chance gegeben werden, Einsicht zu erlangen und von einem weiteren Angriff abzusehen. Trotzdem gibt es natürlich auch im Aikido Möglichkeiten, einen Angreifer erheblich zu schädigen.

Sie sind genau im richtigen Alter für Aikido!

Aikido ist ein hervorragendes Selbstverteidigungssystem für jedes Alter und wegen seiner runden, natürlichen Bewegungen für jeden geeignet – Frauen und Männer, Trainierte und Untrainierte, sportlich Begabte und nicht ganz so Begabte. Für Aikido ist es nicht wichtig, viel Kraft zu haben. Jeder, der Spaß an Bewegung hat, kann diese Kampfkunst ausüben.



Kein Leistungsdruck!

Im Aikido gibt es keine Wettkämpfe. Unser Training findet in einer lockeren und freundlichen Atmosphäre statt. Jeder trainiert mit jedem und übernimmt abwechselnd die Rolle des Angreifers und des Verteidigers. Dabei helfen sich die Übungspartner auch gegenseitig, die Techniken zu erlernen. Unsere Meister vermitteln die Techniken so, dass auch Anfänger und Ungeübte sie nachvollziehen können.

Wir laden Sie gerne zu einem kostenlosen Probetraining ein. Qualifizierte Übungsleiter/-innen und Aikido-Meister/-innen werden Ihnen Appetit auf mehr machen!

Für ein Probetraining oder als Anfänger brauchen Sie nur lockere Trainingskleidung (Jogginghose, T-Shirt) sowie Badelatschen oder Flip-Flops.

Interessiert?

Schauen Sie doch mal bei uns im Training vorbei

Training jeden Montag und Mittwoch
von 18:00 – 20:00
Flughafen Frankfurt, FitPoint, Gebäude 461
(Sporthalle am Tor 26)