

AIKIDO-KIDS

Freundschaft

Spaß

Zusammenhalt



GEMEINSCHAFT

Spiel

Selbstbewusstsein

AIKIDO-KIDS

Was machen wir?

- ☺ Du lernst abrollen, was Du immer im Leben brauchen kannst, beim Sturz vom Rad, beim Reiten, auf dem Glatteis.
- ☺ Du lernst neue Bewegungsabläufe kennen.
- ☺ Du gehst als Verteidiger auf deine Partner zu und lernst, ihnen energisch und angstfrei zu begegnen und deine Position zu verteidigen.
- ☺ Wir trainieren gemeinsam, nicht gegeneinander.
- ☺ Wir kennen keinen Wettkampf.

Was ist Aikido?

Aikido heißt wach, entschlossen und geschmeidig die Energie des Partners in kreisförmigen Bewegungen auf ihn zurück oder weiter zu führen.

Im spielerischen Umgang werden damit Techniken erlernt, Aggressionen abgebaut aber auch Zurückhaltung aufgehoben, der Bewegungsdrang befriedigt und Beweglichkeit gefördert.

Die Kinder lernen bewusst mit ihrer eigenen Energie und der des Anderen umzugehen. Bei Aikido mit Kindern stehen Bewegung und Spaß im Vordergrund.

Trainingsziel ist die Verbesserung:

- ☺ der Motorik
- ☺ der Reaktionsfähigkeit
- ☺ der Koordination
- ☺ der Teamfähigkeit
- ☺ der Konzentration

Kindertraining wird für Kinder ab 10 Jahren angeboten

**AIKIDO beim
TSV Haunstetten**



Trainingsort/-zeit:
Eichendorff-Volksschule
Georg-Käb-Platz 1
86179 Augsburg
Montag 17:30-19:00 Uhr

Kontakt:
Daniela Lingg
Telefon: 0176/80268019
Email: dani.lingg@gmx.de