



# AIKIDO

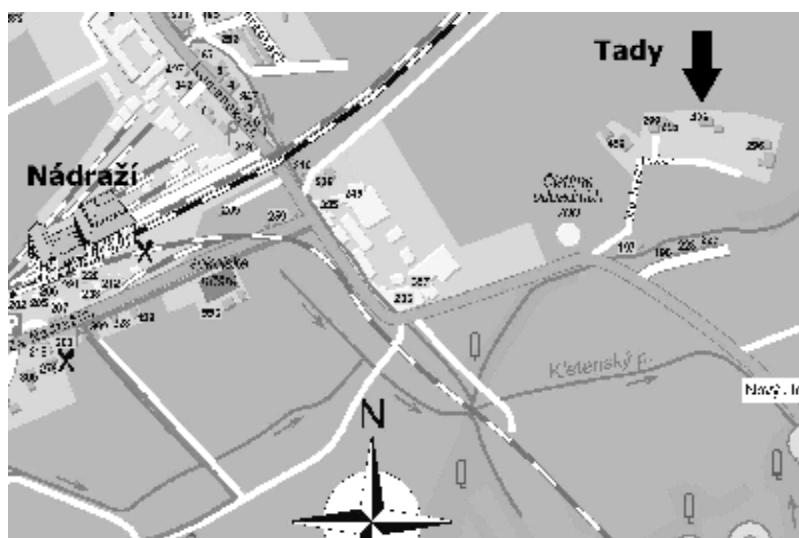
Aikido Dojo Suchdol n/Odrou pořádá

## NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ

**Ukázková hodina**

Čtvrtek 4. března 2010

18:30 - 19:30



合  
氣  
道

Ukázková hodina se uskuteční v Dojo, Na Rybníkách 426, Suchdol nad Odrou.

Tréninky probíhají každé pondělí a čtvrtek (18:30 - 20:30).

**První trénink** se uskuteční v pondělí 8. 3. 2010.

**Dětské tréninky** pro děti od 8 do 14 let jsou každé Úterý (15:00 - 16:30).

Tréninky vede Roman Madura, 2. Dan Aikikai Hombu.

Aikido je moderní japonské bojové umění vycházející z dávných dovedností samurajů. Principem Aikido je využití útočnickovy síly k jeho zneškodnění.

Aikido není sportovní disciplínou, jeho cvičení je vhodné pro všechny bez rozdílu věku či pohlaví.

Součástí výuky jsou základní techniky Aikido, dechová a meditační cvičení, základy práce se zbraněmi.

Další informace: 604 273 119, 556 736 435,  
[www.aikido-suchdol.ic.cz](http://www.aikido-suchdol.ic.cz),  
[r.madura@seznam.cz](mailto:r.madura@seznam.cz).