

# 合気道 AIKIDO für junge Menschen

Für Deinen Körper - Für Deinen Geist - Für Dein Leben

Weisst Du, dass ein gesunder Geist einen gesunden Körper braucht? Mit Aikido verhelfen wir Dir zu beidem. So wie die japanischen Samurais jeden Tag im Training übten, um für den Ernstfall gewappnet zu sein, so begeben sich alle Aikidokas auf den Weg, um mit dem gemeinsamen Training besser zu werden, auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Aikido entstand aus diesen alten Formen und wurde von unserem grossen Meister, Morihei Ueshiba, entwickelt. Es gibt bei uns zwar keine Gewinner und Verlierer, dafür aber eine sehr klare Technik, welche Dir in allen Lebenslagen hilft, Deinen Körper zu kontrollieren und mit wachem Geist durchs Leben, durch die Schule und durch Deine Ausbildung zu gehen.

Wie es in unserem Dojo aussieht und wann wir trainieren, kannst Du auf unserer Homepage nachlesen. Hast Du oder haben Deine Eltern Fragen, dann komm gerne an jedem Training vorbei, setz Dich zu uns hin und lass auf Dich wirken, wie wir trainieren. Möchtest Du gleich mitmachen? Kein Problem, nimm Trainer oder kurze Hose und T-Shirt mit und trainiere mit uns.

Wir freuen uns auf Dich!



## Trainingszeiten

Wir trainieren jede Woche mehrmals zu unterschiedlichen Zeiten, die genauen Daten findest Du unter [www.aikido-birseck.ch/training](http://www.aikido-birseck.ch/training)

## Dojo (Übungslokal)

Waltzanz im Walzareal  
Tramstrasse 66  
CH-4142 Münchenstein



Anfahrt ÖV: Mit Tram Nr. 10 bis Brown Boveri (15 Min. ab Basel SBB)

Via SBB bis Bahnhof Münchenstein (5 Min. ab Basel SBB)

Anfahrt Auto: Via Münchenstein, über Tramstrasse, Parkplätze vorhanden