

The martial art of Aikido, for children - refugees welcome

Starting 15th August 2017 at Kyushindo Aikido club in Hanover/List

Aikido für Kids startet am
15. August 2017

Vier Dienstage von 18-19 Uhr für gesamt 20 Euro zum Ausprobieren und zum Einstieg in das reguläre Training der „AikiKids“, das am Dienstag, dem 12. September startet.

Flüchtlinge sind im Verein sehr willkommen und können, egal ob Erwachsene, Jugendliche oder Kinder, bei uns kostenlos mittrainieren.

Einfach per eMail anmelden unter: info@kyushindo.de Infos, Bilder und mehr gibt es unter: www.kyushindo.de oder auf unserer Seite bei facebook.

Kyushindo Trainingsplan:

Montag	
19.00 – 20.00 Uhr	Aikido Basics für alle
20.00 – 21.30 Uhr	Erwachsenentraining

Dienstag	
18.00 – 19.00 Uhr	AikiKids
19.00 – 20.00 Uhr	Freies Training
20.00 – 21.30 Uhr	Erwachsenentraining

Donnerstag	
18.00 – 19.00 Uhr	Jugendtraining ab 12 Jahre
19.00 – 20.00 Uhr	Bokken/Jo Training für alle
20.00 – 21.30 Uhr	Erwachsenentraining

Das Training findet im Gymnastikraum der Ricarda-Huch-Schule statt (Haupteingang Schule – dann linker Treppenaufgang bis ganz oben).



wir üben
zusammen



Aikido für Kids

ab dem 15. August 2017 wieder beim Kyushindo Aikido Verein in Hannover - List



Aikido für Kinder ab der
1. Schulklasse am Dienstag
von 18-19 Uhr

Bewegung, Spass und
Miteinander sind dabei das
Wichtigste.

@Eltern
meldet die Kleinen jetzt an:
info@kyushindo.de

Kyushindo Aikido Verein
Ricarda-Huch-Schule
Bonifatiusplatz 15
30161 Hannover/List

The martial art of Aikido, **for children** - refugees welcome

Die heutigen Anforderungen an Kinder sind groß.

Sie sollen eine gute Haltung haben, müssen aber viel sitzen. Sie sollen teamfähig werden, erleben aber in ihrer Umwelt einen immer größer werdenden Egoismus.

Dabei auch noch mit den eigenen Gefühlen klar zu kommen, ist oft gar nicht so einfach.

AIKIDO

„Härte“ oder „der Beste zu sein“ ist hier nicht wichtig. Es geht nicht um äußere Kraft oder Stärke in dieser japanischen Kampfkunst.

Fliessende Bewegungen, guter Kontakt, Fallschule für Kampfkunst und richtiges Atmen sind nur einige Punkte die Aikido ausmachen. Hier trainieren alle zusammen - das stärkt das Selbstvertrauen und hilft sich selbst zu behaupten.

Kampfkunst trainieren ist so viel mehr als Selbstverteidigung, zurückschlagen, gewinnen wollen...

Wie sich eine friedliche Kampfkunst anfühlt, lässt sich in Worten allerdings kaum erklären.

Man muß es schon ausprobieren
– Lächeln garantiert.

هنرهای رزمی آیکیدو

برای بچه ها ی پناهندگان، خوش آمدند
از ۱۵ آگوست ۲۰۱۷ در باشگاه کیوشیندو در هانوفر
تمرین برای دخترها و پسرها از کلاس اول
سه شنبه

از ساعت ۱۸ تا ۱۹

پناهنده ها خیلی خوش آمدند

و می توانند بطور رایگان تمرین کنند•

آیکیدو یک ورزش رزمی ژاپنی میباشد

جاری بودن و امتداد داشتن حرکات

و نرم زمین خوردن و تکنیک تنفس درست

موقع تمرین از مشخصات بارز آیکیدو میباشد•

اینجا همه با هم ورزش و تمرین میکنند

و با هم آشنا می شوند و به همدیگر قدرت و

اتکای بنفس میدهند•

توضیح آیکیدو مشکل است ، ولی بچه ها میتوانند

آنها خوداز نزدیک آزمایش کرده و تصمیم بگیرند•

Training for girls and boys from their first year of primary school onwards, on Tuesday evenings, 18:00 - 19:00. Refugees are very much welcome and can train for free.

Aikido is a Japanese martial art. Its main characteristics include fluid movements, good contact, safe falling and rolling techniques and correct breathing. Everyone trains together here - it builds confidence and helps people assert themselves.

Aikido is difficult to describe - it's best if the children try it out for themselves.

@Parents
register the little ones now: info@kyushindo.de



نادي الأيكيدو للفنون القتالية للأطفال يرحب بكم

ابتدائاً من 15.August 2017 عند فريق الأيكيدو في هانوفر .

التدريب للأنثا والزكور من الصف الأول يوم الثلاثاء الساعة 18-19
للأطفال اللاجئين نتشرف بحضوركم والتكلفة مجانية للتدريب معنا

الايكيدو رياضة فنون قتالية يابانية ،تحركات حرة ،تواصل جيد ،من اجل الفنون القتالية والتنفس الصحيح نحن نعمل ضمن نقاط محددة نتدرب سوياً نحصل على القوة نساعد بعضنا ونسامح بعضنا

الايكيدو يصعب وصفه
ننصح الاطفال بتعلمه

سجل ببساطة هنا
Info@kyushindo.de

للمزيد من المعلومات
www.kyushindo.de

او من صفحتنا على الفيس بوك
[/www.facebook.com/AikidoHannover](https://www.facebook.com/AikidoHannover)

مكان التدريب
Kyushindo Aikido Verein
Ricarda-Huch-Schule - Bonifatiusplatz 15 - Hannover
(التمارين الرياضية في المدرسة في الطابق الاخير)