



Akademia Aikido w Iławie. Prawdziwe zwycięstwo to zwycięstwo nad samym sobą

data aktualizacji: 2016.11.06



Akademia Aikido w Iławie - Kidokan Dojo zaprasza na treningi w nowej siedzibie zarówno początkujące, jak i zaawansowane osoby dorosłe i młodzież.

Chętnych, którzy chcą rozpocząć przygodę z tą japońską sztuką walki i samoobrony oraz zgłębiać filozofię „drogi do zachowania równowagi siły”, doskonaląc przy tym własną postawę, sprawność fizyczną i umiejętności samoobrony, zapraszamy do sali nr 113 w ZSO im. Stefana Żeromskiego w Iławie przy ul. Sienkiewicza 1 w każdy wtorek i czwartek od 18:00 do 19:30.

Aikido to świetna forma rekreacji ruchowej bez współzawodnictwa sportowego. Adeptci podnoszą umiejętności, pokonując swoje bariery fizyczne i wewnętrzne według własnych możliwości, ponieważ prawdziwe zwycięstwo to zwycięstwo nad samym sobą. Ćwiczenie odbywają się na macie tatami bez obuwia, dlatego początkujący na trening oprócz butelki wody powinni zabrać także klapki, żeby przejść z szatni do sali oraz spodnie typu dres i koszulkę.

Akademia Aikido oferuje treningi technik walki wręcz i z użyciem tradycyjnej japońskiej broni: „jo” (kij), „bokken” (drewniany miecz), „tanto” (drewniany nóż) pod okiem wykwalifikowanych instruktorów. Organizuje także egzaminy na stopnie uczniowskie „kyu” potwierdzone certyfikatem organizacji AAI-Polska oraz oferuje możliwość uczestnictwa w obozach, seminariach szkoleniowych

w kraju i za granicą. Grupy zorganizowane zapraszamy na szkolenia z zakresu samoobrony.

Kontakt: sensei Mariusz Brzozowski 1 dan tel. 692-191-177.

Fot. Archiwum akademii.

Galeria: <https://www.infoilawa.pl/galerie/test,00729>

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/45971-akademia-aikido-w-ilawie-prawdziwe-zwyciestwo-to-zwyciestwo-nad-samy-m-soba>