

合氣道

**Ab der 3. Klasse, Mittwoch  
18.00 - 19.15 Uhr**

Aikido ist eine moderne japanische Bewegungs- und Verteidigungskunst, die keinen Wettkampf kennt. Im Training üben wir zu rollen, aufzustehen, anzugreifen und sich zu verteidigen. So lernen wir das Gleichgewicht zu halten und uns harmonisch zu bewegen. Einmal im Monat üben wir mit dem Holzsword oder dem Stock. Interessiert?

Einfach vorbeischaun und mitmachen, wir freuen uns auf dich!

Leitung: Barbara Gschwind, Damien Gamper, Maya Peer  
Aikido Luzern | Dojo Werkhofstrasse  
18 6002 Luzern  
[www.aikido-luzern.ch](http://www.aikido-luzern.ch)  
[info@aikido-luzern.ch](mailto:info@aikido-luzern.ch)

**AIKIDO**  
kids