

合気道

# AIKIDO DOJO PLZEŇ



vás zve na cvičení

# AIKIDO

pro děti a rodiče s dětmi

*Aikido* je japonské bojové umění vytvořené na základě starých bojových škol.

*Aikido* je nesoutěžní cvičení, které využívá energii útočníka.

*Aikido* rozvíjí schopnosti pohybové i duševní, zlepšuje fyzickou kondici a koordinační schopnosti.

*Aikido* nemá váhové kategorie a není agresivní – může je cvičit každý.

*Aikido* je vhodné pro ženy i muže, dívky i chlapce, staré i mladé.

## *Další informace:*

- malá tělocvična ZČU, Univerzitní 8, Plzeň
- Internet: [www.adp-i.cz](http://www.adp-i.cz)
- E-mail: [adp@adp-i.cz](mailto:adp@adp-i.cz)
- telefon: 607 688 654, 604 624 042

## *Kdy cvičíme?*

od začátku října do konce května

Úterý 18,<sup>00</sup> - 19,<sup>00</sup>  
Čtvrtek 18,<sup>00</sup> - 19,<sup>00</sup>



*Zapsat se můžete do konce února 2012 na kterémkoli tréninku.*

A

I

K

I

D

O