

Shinbu-ryu Aikido Dojo Hannover

Bronsarstr. 32 (im Hof), Hannover - Mitte

神
武
学派

Street - Aikido Selbstverteidigungskurs

05.05.2026 bis 02.06.2026, immer Dienstags (5x)

18.00 - 19.30 Uhr

In diesem Kurs bieten wir erste Grundlagen einer effektiven Selbstverteidigung an. Kurze und rasch erlernbare Verteidigungstechniken, gegen Schlag- und Fassangriffe, sowie erste Grundlagen gegen Messerangriffe sind Bestandteile des Kurses.

Geeignet ist der Kurs für Jugendl., ab 14 Jahren, Erwachsene oder die Familie.

Kosten: 45 Euro, die nach einem späteren Eintritt verrechnet werden können.

Bitte eine lange Trainingshose, T-Shirt, ein Handtuch, Badelatschen, rutschfeste Socken und Pullover/ Trainingsjacke zum Training mitbringen.

Info/ Anmeldung unter: info-aikido@gmx.de

und

<http://aikido-hannover.net/>