

Aikidō ?

PROBIER'S AUS.

Cool.
Stark.
Dynamisch.

LEHRGANG FÜR ALLE VON 13 BIS 30

mit
Luis Brandstätter
und **Gudrun Bratu**

FLOW STATT FAUST.
KLARHEIT STATT KRAWALL.
STÄRKE OHNE WETTKAMPF.

Aikido verbindet dynamische Bewegungen,
Konzentration und innere Ruhe.

Du verbesserst dein Körpergefühl,
stärkst dein Selbstbewusstsein
und lernst, auch unter Druck ruhig zu bleiben.

- ✓ Gemeinsam trainieren.
- ✓ Sich gegenseitig unterstützen.
- ✓ Einfach ausprobieren.



SAMSTAG

26.09.2026

10:00 - 12:30 Uhr
inkl. Pause

Judohalle im
Sportzentrum
Birkenried

BIST DU DABEI?

Info und Anmeldung:

gudrunbratu@t-online.de

Vorkenntnisse brauchst du nicht.
Anfängerinnen und Anfänger sind herzlich willkommen.