

# Aikido

im MTV Stuttgart 1843 e.V.



## FIT DURCH AIKIDO -- Neuer Anfängerkurs

Ab Freitag 28.9., 19:00 – 20:30,  
neue Gymnastikhalle MTV Stuttgart Kräherwald.

Erlernen Sie die runden, harmonischen Bewegungen des Aikido, auch wenn Sie nicht unbedingt sportlich sind und steigern sie dadurch Ihr Wohlbefinden!

Für jeden, der offen und neugierig ist - egal ob Ü40 oder Ü50  
mit sanftem Einstieg auch für Untrainierte.

Der ideale Ausgleich zum Alltag!

Ganz „nebenbei“ werden Atmung, Balance sowie Aufmerksamkeit geschult.

**VORBEIKOMMEN und MITMACHEN!**

10 Abende 80 EUR (MTV Mitglieder 50 EUR), nachholen von verpassten Stunden innerhalb eines Monats nach Kursende.

Infos: [www.aikido-mtv-stuttgart.de](http://www.aikido-mtv-stuttgart.de)

Kontakt: mail[at]aikido-mtv-stuttgart.de