

Neu im TSV Schönberg



Aikido

Die effektive Kampfkunst aus Japan.

Aikido ist eine moderne japanische Kampfkunst, die nicht auf Kraft, sondern auf Harmonie und der Weiterleitung von Energie basiert. Sie fördert Beweglichkeit, innere Ruhe, Konzentration und Selbstvertrauen.

Jeder **ab 14 Jahren** ist herzlich willkommen!

Wir freuen uns auf euren Besuch – kommt gerne vorbei!

Ort	Neue Turnhalle, Fitnessraum, 24217 Schönberg
Zeit	Donnerstag 17:00 – 19:00 Uhr
Trainer	Jörg Hilbert
E-Mail	Hilbert21@web.de
Telefon	04344-3899376