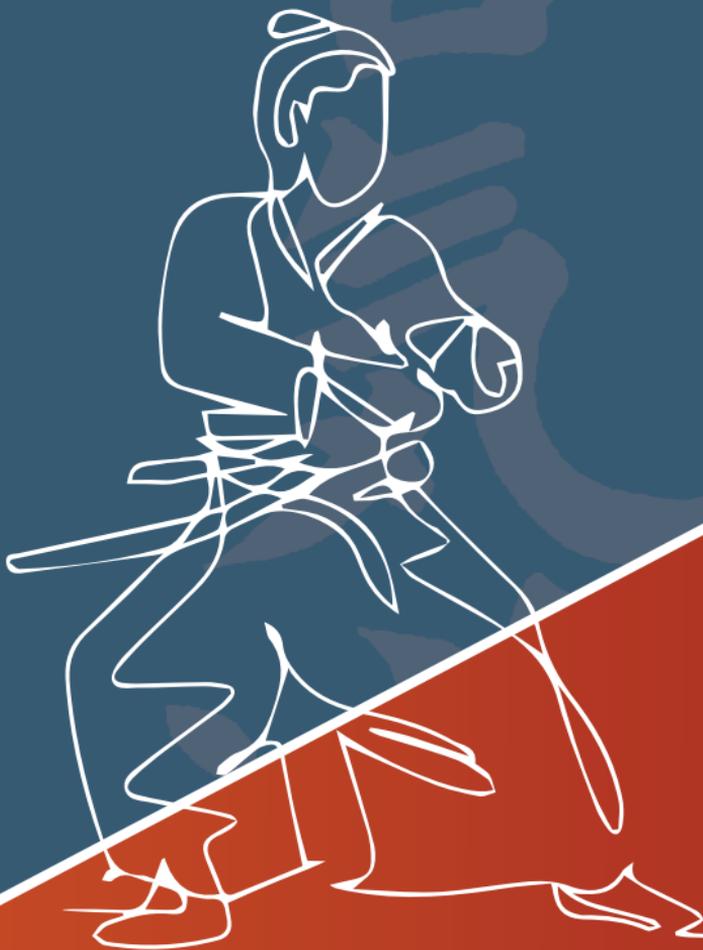


AIKIDO

BUCHSCHWABACH • NÜRNBERG



KAMPFKUNST

für einen starken Körper,
einen mutigen Geist und ein offenes Herz.

Aikido • Yoga • Zen
für Kinder und Erwachsene
Firmenseminare
Coaching

Aikido, eine traditionsreiche und moderne japanische Kampfkunst

Kampfkunst, denn die Philosophie des Aikido unterstützt uns bei vielen Aufgaben des täglichen Lebens. Durch Aikido lernen wir uns sozial, mental und emotional zu stärken.

Kampfsport, denn die Bewegungen machen uns kräftig, ausdauernd und beweglich

Selbstverteidigung, denn Aikido lehrt uns die Vermeidung von Kämpfen und die Abwehr von Angriffen

Aikido lässt den energievollen Schwung eines Angriffs ins Leere laufen. Der Trainingspartner wird geworfen oder wird mit Gelenkhebeln fixiert. Schläge und Tritte gibt es nicht. Wir bewegen uns elegant und geschmeidig, fast tänzerisch leicht. Aikido ist ein Weg der Achtung und Wertschätzung der eigenen Person und der Mitmenschen. Für Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder ist es gleichermaßen geeignet. Im Aikido gibt es keine Wettkämpfe. Wir üben in freundschaftlicher Atmosphäre.

Ihr Nutzen:

Für ihren starken Körper: Fitness, Geschmeidigkeit, Gesundheit, Freude an der Bewegung

Für ihren mutigen Geist: Selbstvertrauen, sicheres Auftreten, Wehrhaftigkeit, Resilienz

Für ihr offenes Herz: Gelassenheit, Entspannung, Wertschätzung, Achtsamkeit, Freundschaften



Wir bieten ihnen:

Helle, moderne und großzügig eingerichtete Räume in einem ruhigen Umfeld mit ausreichend Parkplätzen und einem großen Garten sowie einem Seminarraum mit Küche.

Nutzen Sie unsere vielfältigen fachlichen Kompetenzen, unsere langjährige Berufs- und Aikido-Erfahrung.

Wir sind Aikido-Meister (schwarzer Gürtel) und haben die Trainer- und Prüfer-Lizenz.

Brigitte hat Ausbildungen in NLP, Kinesiologie, Sportmentaltraining, Familienaufstellung absolviert.

Leo ist Budo-Pädagoge (I.f.BP.) und Fachbuchautor.

Gerne gehen wir auf Ihre individuellen Wünsche und Interessen ein und fördern Ihre Stärken.

- Aikido-Training für Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche und Erwachsene ohne Altersbegrenzung
- Einzelcoaching
- Firmenseminare zu den Themen Resilienz und Teambuilding sowie Azubi-Ausbildung
- Yoga
- Zen-Meditation

Wir freuen uns auf Sie. Vereinbaren sie gleich heute einen Termin für ein kostenloses Probetraining.

Einen Feind zu verletzen ist, als ob man sich selbst verletzt. Aggression zu kontrollieren ohne Verletzungen zuzufügen, ist die wahre Kunst des Friedens.

Morihei Ueshiba
Gründer des Aikido



GUTSCHEIN
für ein kostenloses
Aikido-Probetraining

Der Gutschein kann nicht in bar ausbezahlt werden.

AIKIDO

BUCHSCHWABACH • NÜRNBERG

2x IN IHRER NÄHE

Crailsheimer Straße 4
90574 Roßtal / Buchschwabach,
Gewerbegebiet Am Flugplatz

Trainingszeiten

DI ab 18:30 Uhr für Jugendliche
MI & DO ab 18:00 Uhr für Kinder
ab 19:45 Uhr für Erwachsene

Röthenbacher Hauptstr. 74
90449 Nürnberg/ Röthenbach/
Kulturladen Röthenbach 1. Stock

Trainingszeiten

FR ab 17:00 Uhr für Kinder
ab 18:00 Uhr für Jugendliche



www.aikido-beck.de

Brigitte und Leo Beck
Budo-Sporthaus

Crailsheimer Straße 4
90574 Roßtal / Buchschwabach,
Gewerbegebiet Am Flugplatz

Telefon 09127 / 902060
E-Mail mail@aikido-beck.de