

Aikido Ostermundigen



Aikido Schule
Ostermundigen

Aikido ist die perfekte Selbstverteidigung!
Aikido ist eine moderne, defensive japanische Kampfkunst und für alle gleichermassen geeignet. Aikido besteht aus unterschiedlichen Budo-Disziplinen wie Jiu-Jitsu, Judo, Karate und anderen.

Aikido ist vor allem:

- Fitness – Körperbeherrschung und Konzentration
- Selbstverteidigung

Unsere Aikido-Schule bietet Aikido für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Wir trainieren konzentriert und dynamisch. Die gute Durchmischung von Anfängern und Fortgeschrittenen, Frauen und Männern bietet ein tolles Trainingsklima. Die rund 25 Kinder lernen im Training den respektvollen Umgang miteinander.

Trainingszeiten: Kinder von 7–16 Montag 17.30 bis 18.30 Uhr
Erwachsene jeweils am Montag und Mittwoch
von 18.15 bis 19.30 Uhr

Schnuppertrainings sind jederzeit möglich.

Haupttrainer: Sandra Bernaschina
Moser 4. Dan Aikikai
und Thomas Moser
4. Dan Aikikai



GEGRÜNDET

2020

PRÄSIDENT

Thomas Moser

MITGLIEDER

35

LOKAL

Ostermundigen, Grubenstr. 6

KONTAKT

Thomas Moser

079 904 88 85

info@aikidoschule-ostermundigen.ch

www.aikidoschule-ostermundigen.ch