

AC Spartak Soběslav

pořádá **nábor** nových
členů do oddílu



AIKIDO

Tréninky:

ÚTERÝ	17.00 – 18.30 (děti 5 – 13 let) 18.30 – 20.00 (dospělí 14 – 99 let)
ČTVRTEK	18.00 – 20.00 (aikido dospělí + zbraně)

v tělocvičně TJ Spartak Soběslav, Nová 401/II

- cílem tohoto bojového umění je harmonický rozvoj těla i ducha
- jedná se o systém účinné sebeobrany, důraz je kladen na koordinaci pohybů a fyzickou kondici
- přihlášky a bližší informace vždy před zahájením tréninku nebo na tel. 723 000 323 (ing. Lukáš Kulhavý)



*Motto: „Pravé vítězství je
zvítězit nad sebou.“ (Morihei
Uešiba, zakladatel aikidó)*