



**Haluatko oppia budoa,  
ilman hyökkääjän vahingoittamista?**

**Aika aloittaa Aikido?**

**Aikidon tekniikat pohjautuvat japanilaiseen budoon, taistelutaitoon, mutta hyökkääjän eliminoimisen sijaan keskitytään vastustajan ohjaamiseen.**

**Aikidon syvimmissä olemuksessa pyritään saamaan hyökkääjä luopumaan hyökkäyksestä ohjaamalla se hyökkääjää itseään vastaan, ilman kamppailua ja tappiota.**

**Aikido sopii kaikille, myös lapsille.  
Aikido kehittää erityisesti koko kehon koordinaatiota, yhtenäisyyttä ja rentoutta.**

**DOJO: Äimäkuja 6 A, 2. kerros, neljäs salilohko**



**Kurssit alkavat: 9.1.2024 (aikuiset) / 14.1.2024 (junnut)  
Ilmoittaudu peruskurssille etukäteen, kiitos!**

**[info@hokutokai.fi](mailto:info@hokutokai.fi)**

**TERVETULOA!**

合  
氣  
道

**Aikidoseura Hokutokai ry / [www.hokutokai.fi](http://www.hokutokai.fi) / [info@hokutokai.fi](mailto:info@hokutokai.fi)**