



AIKIDO SEKAI DOJO

www.aikido-praha-sekai-dojo.cz
aikidosekaidojo@gmail.com

Tel.: +420 604 479 952, +420 605 205 932
 Aikido Sekai dojo (Praha 6)

Pohybové hry s aikido pro děti



UČÍME: kluky i holky ve věku od 4 – 6 let

ČAS: Středa 17.15 – 18.00

ODDÍL VEDE: Lenka Horejšová (2. DAN Aikikai)
Otakar Horejš (4. DAN Aikikai)



CENA: 1500 Kč za 4 měsíce (říjen – leden)
kurz začíná 5. 10. 2016
(necvičí se 21.12. a 28.12.)

JAK CVIČENÍ PROBÍHÁ: děti se hravou formou učí zlepšit své pohybové schopnosti (kotouly, hvězdy, zvířátka, pohyb na žíněnkách - tatami), zapojit se do kolektivu (hraní úpolových her), naučí se jednoduché techniky přiměřeně k jejich věku (aikido i judo techniky) a také si vyzkouší různá dechová cvičení. V neposlední řadě se naučí i vzájemnému respektu mezi sebou.

合
気
道



Adresa: Aikido Praha
Bělohorská 58, Praha 6

 Tram 22, 25 - Marjánka
 Bus 180, 184 - Kajetánka

