

Unsere Ziele

Die Kampfkunst Aikido ist unsere Leidenschaft. Deshalb haben wir den Aikido Ouka-Jyuku Darmstadt e.V. gegründet. Aikido ist eine defensive Kampfkunst, die darauf angelegt ist, gewaltfrei zu handeln. Die Bewegungen sind fließend und erfordern kaum Krafteinsatz. Im Mittelpunkt steht die Arbeit an sich selbst, nicht die Konkurrenz mit anderen. Aikido schult Selbstdisziplin und den respektvollen und selbstbewussten Umgang mit anderen.

Aikido ist daher besonders geeignet:

- ◆ als Kinder- und Jugendtraining
- ◆ zur Gewaltprävention und integrativen Arbeit
- ◆ für alle, die nicht nur Fitness, sondern auch Gleichgewicht suchen

Einen Schwerpunkt legen wir auf die Kinder- und Jugendarbeit. Wir haben in unserem Konzept vorgesehen, integrativ mit Flüchtlingen zu arbeiten, sowie Menschen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen in unser Training einzubinden. Wir haben Kontakte zu Sozialarbeitern und Psychologen geknüpft, die uns dabei unterstützen.

Aikido Ouka-Jyuku Darmstadt e.V.
Saalbaustraße 2-4
64283 Darmstadt

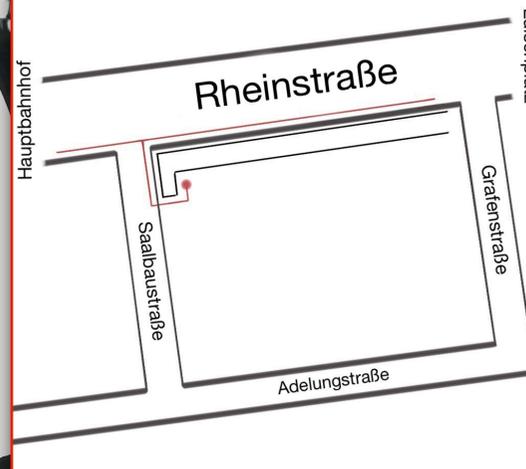
www.ouka-jyuku-aikido-darmstadt.de

E-Mail: kontakt@ouka-jyuku-aikido-darmstadt.de

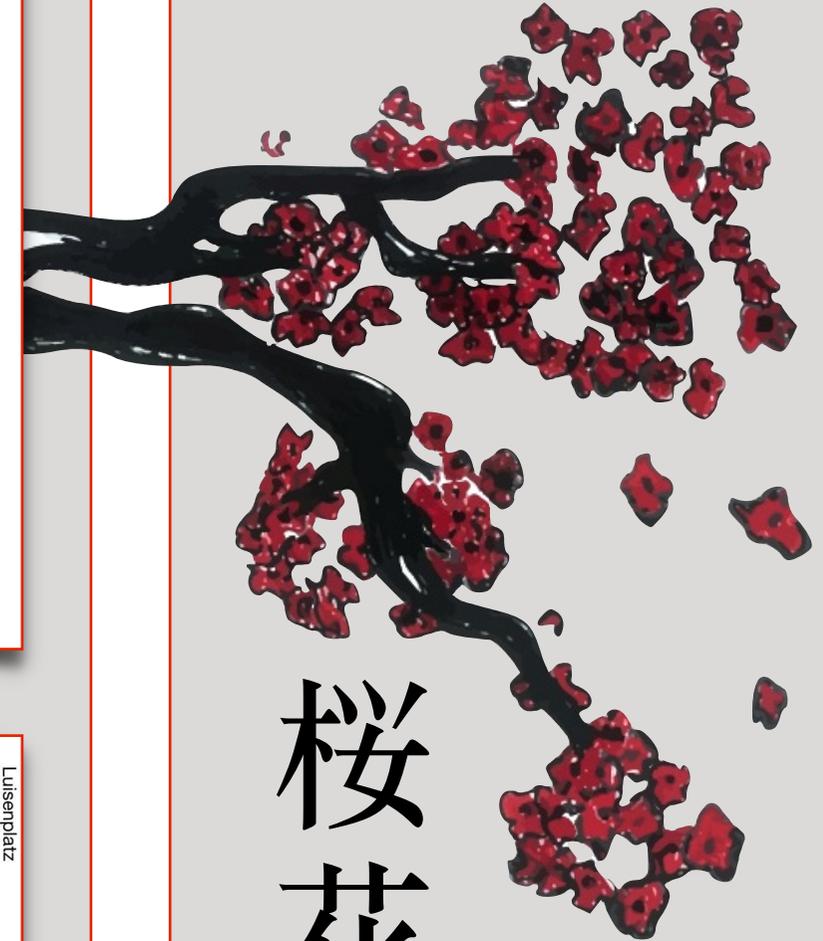
Facebook:
Aikido Ouka-Jyuku Darmstadt e.V.

weiterführende Links:

www.aikidoshibokukai.org
www.boulderaikikai.org
www.landessportbund-hessen.de
www.aikido-hessen.de



AIKIDO



桜花塾

AIKIDO
OUKA - JYUKU
DARMSTADT E.V.

AIKIDO

Aikido ist mehr als ein Sport. Aikido ist eine Philosophie mit einem physischen Ausdruck. Das Grundprinzip ist Gewaltlosigkeit. Aikido trainiert nicht nur den Körper, sondern auch Geist und Seele. Aikido wurde Anfang des 20. Jahrhunderts von Ueshiba Morihei aus verschiedenen japanischen Budo-Disziplinen entwickelt.

合 氣 道

AI

Harmonie
Einheit
Friede

KI

Geist
Energie
Einstellung
Haltung

DO

Weg
Lebensweg

Und was ist Aikido nun?

Kommen Sie vorbei und finden Sie es heraus!

Unser Dojo

Die Kirschblüte (Ouka) ist ein Nationalsymbol Japans. Sie spiegelt die Schönheit des Lebens, seine Vollkommenheit und seine Vergänglichkeit. In unserer Aikido-Schule (Jyuku) sollen Menschen jeden Alters, jeder Herkunft, jeden Geschlechts in Bewegung versetzt werden, um gemeinsam an sich zu arbeiten.

Die Kurse

- ◆ Aikido für Kinder ab 7 Jahren
- ◆ Aikido für Jugendliche zwischen 12 und 16 Jahren
- ◆ Aikido-Anfänger Erwachsene
- ◆ Aikido-Fortgeschrittene Erwachsene
- ◆ Aikido Aiki - innere Arbeit (Kontakt, Gleichgewicht, Konzentration)
- ◆ Aikido-Workout (körperliche Fitness und Kondition)

Den genauen Trainingsplan finden Sie auf unserer Webseite.

Unser Trainer

Anis-Mustapha El Gadi trainiert seit seinem sechsten Lebensjahr Kampfkunst. Begonnen hat Anis mit Shotokan-Karate und kam dann über Wushu-Sanda (chinesisches Kickboxen) zum Aikido. Anis trägt den Schwarzgurt im Wushu-Sanda (1. Dan) und im Aikido (2. Dan Aikikai Tokyo). Anis ist ausgebildeter Sportfachmann und arbeitet als Integrationshelfer an einer Förderschule.

Unsere Stilrichtung

Wir orientieren uns an Hiroshi Ikeda Shihan (7. Dan Aikikai Tokyo). Wir legen besonderen Wert auf die „innere Arbeit“: An erster Stelle steht die Kontrolle des eigenen Körpers. So ist es möglich, mit kleinsten Bewegungen zum richtigen Zeitpunkt das Gleichgewicht des Partners zu stören.

