



AIKIDO

Oslo Aikido Klubb starter semesteret med nybegynnertrening

mandag 31.august kl. 18.30

Oslo Aikido Klubb er en liten, sosial klubb og har instruktører med høy kompetanse. Vi legger vekt på å ha det gøy sammen, og alle er velkomne uansett nivå. Ta med deg treningstøy og bli med på en gratis prøvetrening!

Adresse: Tvetenveien 32 på Bryn, 4.etasje
Treningstider: Mandag 18.30-20.00: Nybegynner/Felles
Tirsdag 18.30-20.00: Avansert
Torsdag 18.30-20.00: Nybegynner/Felles
Fredag 17.30-18.30: Barnetrening
18.30-20.00: Felles
Treningsavgift: Voksne (alle øktene): 1800kr/semester
Kun barnetrening: 1300kr/semester

For mer informasjon, kontakt Erik Vanem på tlf. 99 27 32 76, mail info@osloaikido.no, eller besøk

www.osloaikido.no

THE ART OF PEACE

Aikido er en japansk kampkunst som består av forskjellige kaste- og låseteknikker.

Aikido er avbalanserende og gir energi. Man trener hele kroppen, og utvikler både styrke, utholdenhet og smidighet. I tillegg utfordrer man seg selv og lærer noe nytt hele tiden.

