



合
氣
道

Aikidoschule
St. Gallen



Das Aikido-Training fördert die Gesundheit und stärkt das Selbstvertrauen der Kinder.

In der Aikidoschule St.Gallen ist Spass genauso wichtig wie Disziplin.

Unsere Ausbilder/innen ermutigen und befähigen die Kinder ihr Bestes zu geben, während sie in einer spielerischen Umgebung traditionelle Aikidobewegungen lernen. Dazu gehört die Kunst des Fallens (Ukemi).



Amadea Thoma startete ihre Aikido - Laufbahn in den 80er Jahren in der Aikido Schule St.Gallen. Aktuell ist sie in der Vorbereitung zum 3. Dan. Als diplomierte Aikidolehrerin des Schweizerischen Aikidoverbandes (ACSA) hat sie die Examinatoren Lizenz erworben. Ihr beruflicher Hintergrund als Sozialarbeiterin, mit einem Master in Prävention und Gesundheitsförderung, erlauben ihr, sich wesentlich in der Entwicklung des Kinder- und Jugendtrainings in der Aikido Schule St.Gallen einzubringen.

Sie setzt sich in der Expertenarbeitsgruppe für die Einführung des Aikidos in "Jugend und Sport" ein. Ihre Aikido-Kenntnisse vertieft sie laufend im regelmässigen Training bei Renato Filippin Shihan und besucht internationale Seminare im In-und Ausland.



合
氣
道

Aikidoschule
St. Gallen

AIKIDO



für Kinder

Aikidoschule St.Gallen
Guisanstrasse 71, 9010 St.Gallen
Telefon : 079 686 83 11
E-Mail: rfilippin@aikido-sg.ch
www.aikido-sg.ch



合
氣
道

Aikidoschule
St. Gallen

Aikido für Kinder

Im ritualisierten Üben der Aikido-Techniken lernen die Kinder und Jugendlichen ihre Energie sinnvoll zu nutzen. Achtsam üben sie, sich in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung gegenseitig zu unterstützen.

Kinder wollen toben, raufen und sich körperlich ausprobieren. Wir bieten den Kindern Raum, um ihren natürlichen Bewegungsdrang in eine gesunde Form zu leiten. Aikido ist für Kinder hervorragend geeignet. Themen wie Mut, Körpersprache, Wahrnehmung, Umgang mit Angst und Gewalt werden mit praktischen Übungen aufgenommen.



Aikido Schule St.Gallen

Die Aikido Schule St.Gallen wurde 1972 von Renato Filippin gegründet und ist über den Verband Association Culturelle Suisse d'Aikido (ACSA) direkt am Hombu-Dojo in Japan und dem internationalen Verband (IAF) angeschlossen.

Renato Filippin ist 7. Dan Aikikai und leitet Seminare auf internationaler Ebene. Durch seine über 50 jährige Aikido - Laufbahn ist er an verschiedenen Universitäten und anderen Aikido Schulen tätig.

| Wochentage | MO | DI | MI | DO | FR | SA |
|---|----------------|----------------|----------------|----------------------|-----------------------------|--|
| Kursart | | | | | | |
| Aikido am Morgen | | 08:15 09:15 | | | | |
| Kinder 4-7Jahre | | 16:00 16:45 | 14:45 15:30 | | | |
| Kinder 7-10 Jahre | | 17:00 18:00 | 13:30 14:30 | | | |
| Jugend 10-13 Level 1 | 17:00 18:00 | | 16:50 17:50 | | | |
| Jugend ab 13 Level 2 und 3 | 18:00 19:00 | | 18:00 19:00 | | | |
| Aikido Basis und Waffen Level 3 | 19:00 20:00 | | 19:00 20:00 | | | |
| Aikido Fortgeschrittene | 20:00 21:00 | | 20:00 21:00 | | | |
| Spezielle Kurse | | | | Prüfungsvorbereitung | Prüfungsvorbereitung Jugend | Freies Training (Aikido) Prüfungsvorbereitung |
| Mädchen Intensivkurs | | | | | | |
| Einführungskurse | | | | | | |
| Projekte | | | | | | |
| Aikido über 60 | | | | | | |
| Intensivkurse | | | | | | |
| Trainings in Überlingen | | | | | | |
| Schwarzgurt Spezialtrainings | | | | | | |
| Kurse des Schweizerischen Aikidoverbandes | | | | | | |
| Internationale Treffen | | | | | | |
| Jikyo-Jyutsu | | | | | | |

Infos auf
www.aikido-sg.ch



合
氣
道

Aikidoschule
St. Gallen

Anmeldetalon

Name

Vorname

Strasse

PLZ

Ort

Geburtsdatum

E-Mail

Telefon

Mobile

Schnuppertraining

Wer Aikido ausprobieren möchte, kann gerne spontan vorbeikommen und mitmachen. Das Schnuppern ist kostenlos. Die einzelnen Kurskosten finden Sie auf unserer Webseite.

Aikidoschule St.Gallen,
Guisanstrasse 71, 9010 St.Gallen
Telefon : 079 686 83 11
E-Mail rfilippin@aikido-sg.ch
www.aikido-sg.ch