



Ontdek Aikido!

Aikido is een krijgskunst waarbij je leert omgaan met kracht en beweging zonder zelf geweld te gebruiken. Het is effectief, vloeiend en gericht op samenwerking in plaats van strijd.

Stichting Aikido Centrum Alphen brengt jong en oud in beweging met deze Japanse krijgskunst. In een veilige en respectvolle omgeving werken we aan balans, coördinatie en zelfvertrouwen. Onze trainingen zijn geschikt voor alle leeftijden en niveaus.

We zijn een actieve club met zo'n vijftig leden, van 10 tot 83 jaar. Iedereen traint op zijn of haar eigen tempo, met aandacht voor lichaam en geest. Ervaar hoe leuk het is om samen te bewegen, jezelf te ontwikkelen en plezier te hebben.

Nieuwsgierig? Volg een **gratis proefles** en maak vrijblijvend kennis met Aikido. Je kunt daarna instromen via een **strippenkaart** of deelnemen aan onze **beginnerscursus** die in september weer van start gaat.

www.aikidoalphen.nl

info@aikidoalphen.nl

06-25 092 990 of 06-21 511 189

