



Aikidoseura

SEIGIKAI RY

- Positiivisen ilmapiirin budoseura -

Seigikai ry 30v juhlavuosi
Mattokamppailua aikidon
näkökulmasta
Aikidoleiri Tampereella 23-
24.3.2024

Aikidoka osaa kaatua, mutta osaako aikidoka nousta ylös? Entä jos hyökkääjä haluaisi möyriä matossa? Miten tavalliset aikidotekniikat ottavat huomioon maahan viennin mahdollisuuden? Kuinka nousta tehokkaasti ja turvallisesti takaisin pystyyn? Miten aikidon periaatteita voidaan hyödyntää mattokamppailussa?

Leirillä tutkitaan mattokamppailun peruskonsepteja, mutta säilytetään aikidon näkökulma.

Leirin ohjaavat Mikko Kurkela (Aikido 3.dan) ja Juha-Matti Ahola (Aikido 2.dan, BJJ ruskea, Judo 3.dan)

La 23.3 klo 12.00 - 13.30
15.30 - 17.00

Su 24.3 klo 10.00 - 12.00

maksut

20 euroa / harjoitus

50 euroa koko leiri

Liikuntasetelit, smartum

Dojon osoite: Kuoppamäentie 10, Tampere

TYKY online ja kuntosetelit

Lisätietoja Mikolta +358442800489
mikko@aikidoish.com

www.seigikai.fi