

合

V pondělí 30. 3. 2020  
od 16.30 do 18.00 proběhne  
v tělocvičně školy  
ukázka japonského umění  
sebeobrany **Aikido**.

氣

Případní zájemci se  
mohou přijít podívat a  
přihlásit se do oddílu.

道

**Aikido** (合気道, Aikidó) je japonské umění  
sebeobrany, vytvořené panem Morihei Ueshibou v  
první polovině 20. století. Je založeno na myšlence  
neagresivity, rozvíjí cvičícího jedince po fyzické i  
psychické stránce.

Název je složen ze tří japonských znaků:

- 合 – **ai** – harmonie
- 氣 – **ki** – energie
- 道 – **dó** – cesta.

Obsah předváděcí hodiny. - úvodní krátký proslov o Aikidu  
- ukázka způsobu výuky děti  
- ukázka výuky dospělí a děti  
- ukázka dospělí beze zbraní  
- ukázka dospělí se zbraněmi