

Aikido Aikikai Alicante

Tel.: 665 21 02 70
alicante@aikikai.es
sanvicente@aikikai.es

Calle del Zinc nº3
San Vicente del Raspeig
(frente a la Universidad)



**Practica Aikido con nosotros
clases de lunes a sábado**

!!!Primer mes gratis!!!



¿QUÉ ES EL AIKIDO?

Es un **Arte Marcial de origen Japonés** que permite **defenderse sin armas** contra adversarios armados o desarmados, con técnicas de **proyección e inmovilización** para **desequilibrar y controlar** al oponente.

DIFERENCIAS CON OTRAS ARTES MARCIALES

El Aikidoka **se defiende neutralizando la intención agresiva del atacante** procurando causar el menor daño posible. Para lograr este fin, sus técnicas **canalizan energía que proviene de un adecuado uso de las caderas y del peso corporal**. El

Aikidoka **no forcejea** con el adversario, **no permite que se produzca una oposición de fuerzas**. El Aikidoka **se une al movimiento de ataque y lo neutraliza**.

¿ES REALMENTE EFECTIVO?

¡Lo es! Sus técnicas son vigorosas, dinámicas, y de probada eficacia. Un **centro de gravedad firme y estable** permite que desplazamientos libres y rápidos puedan lograr **gran efectividad con mínima fuerza física**. Sus principios **evitan oposición y lucha**, haciendo así **posible la autodefensa** ante oponentes de mayor volumen y fuerza.



OBJETIVOS:

- ✓La **defensa personal**
- ✓Mejorar la **condición física general**
- ✓Mejorar la **coordinación, flexibilidad, e higiene postural**
- ✓la **autoestima, el respeto y seguridad en sí mismo**
- ✓el **control** de la **ansiedad** y el **estrés** ante situaciones difíciles,
- ✓**Divertirte y socializar**.



PROFESOR: Fidel Pérez
6º Dan AIKIKAI, Shidoín

<http://aikidosanvicente.wordpress.com>

<https://www.facebook.com/aikidosanvicente> 

Tel. 665 210 270



AIKIKAI ESPAÑA
(Miembro de Aikikai Japón)

AIKIDO AIKIKAI ALICANTE

Calle del zinc nº 3, San Vicente del Raspeig

(En el gimnasio BJJ Gracie Barra Alicante, a 200 metros de la parada de tram de la universidad)

Horario

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
16.00 – 17.00	20.30 – 22.00	16.00 – 17.00	20.30 – 22.00	17.00 – 18.30	09.00 – 10.30
Aikido	Aikido	Aikido	Aikido	Aikido	Aikido

TATAMI principal de 150 metros cuadrados

PRECIOS

iiiPrimer mes gratis!!!

Pase mensual a todas las sesiones: 40 euros

Menores de 26 años, sólo 20 euros. Edad mínima 12 años

Clases sueltas: 5 euros

MÁS INFORMACIÓN

Tel. 665 210 270

aikidosanvicente.wordpress.com |

[aikidosanvicente](https://www.facebook.com/aikidosanvicente) 