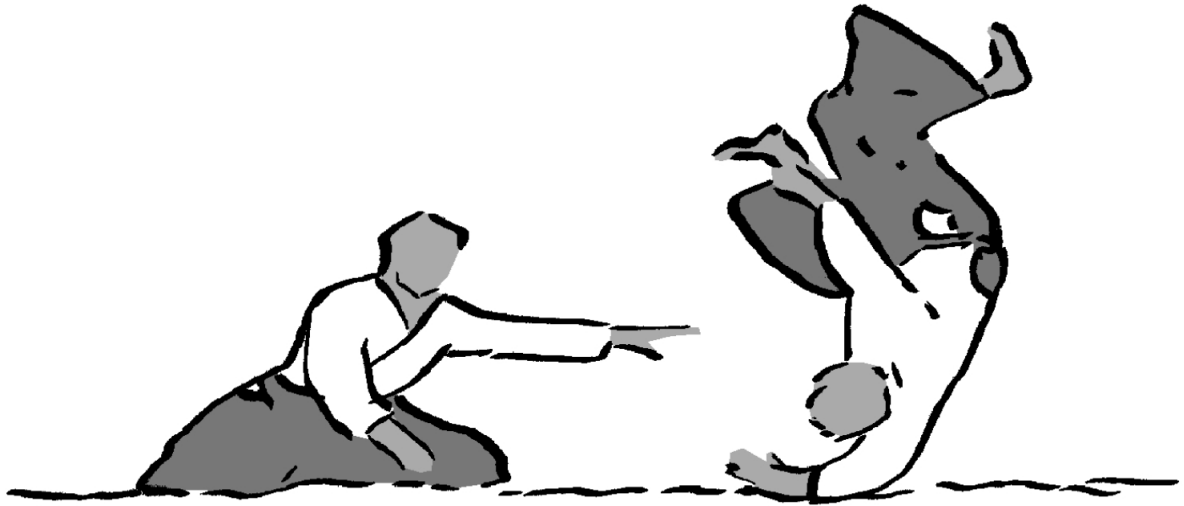


أكيدو لا الراجيس (جانباً)



أذا كنت لا تعلم ولديك الاهتمام بأن تتعلم على يديه
السنية. تكونم رجالاً وفاراً ثباتاً وأولاداً لممارسة
الأكيدو معنا.

والأكيدو هي شكل من أشكال الممارسة الجماعية للفرع ارجناً
والعزلة المفضل.

AI تعني الإسيام و Ki هي الطاقة و DO هي الطريقة
الهدف المنشود هو اتحاد تناعم بين قوى المراهم و المرائع في
حركة واحدة ويتم تدريب النساء والرجال من

ليس للعبة الأكيدو مابقات تنافسية كما أنها ليست لعبة دفاع
عن النفس.

والعلاج بين 10 - 16 سنة هم مكون أيام الأربعاء بين

الأربعاء 17:00 - 18:30 (القلبي بلوسبي) (الحفاظات) في حال جودها
يرجى ارتداء ملابس مريحة و (القلبي بلوسبي)

للأسف عن الصناعات المرنق!

لتدريبه البالغين :
 ايام الاربعين ١٩٠٠ - ٢٠٠٢
 ايام المئتين ١٨١٢ - ٢٠٠٠
 ايام الخمسين ١٩٠٠ - ٢٠١٢ - ٢٠٢٠ - ٢٢٠٠
 ايام الجمعة ١٩٠٠ - ٢١٠٠
 ايام السبت ٩١٢ - ١١٠٠

كيفيه الوصول :

من محطة القطار المركزي (بون هوارد هوف) تتبع زقاق نحو جهة اليسار
 اول اشارة جنوبيه وتوسع (Bonnertalweg) - اكم لتصل الى
 روثير (Reuterstraße) باتجاه الشارع الصغير (انظر الخريطة)
 يمكنكم ايضا ان تحط في محطة القطار المركزي استخدام القطار رقم
 ٦١ او ٦٢ باتجاه روثير في المحطة الرابعه H (م الخريطة)

