



Ki & Aikido

er en videre udvikling af traditionel Japansk kampkunst. Ved at benytte ki principper i en undersøgelse af ikke-kollision, skabes og udvikles Aikido teknikker, hvis kendetegn er at de ikke er aggressive eller voldelige. Ki Aikido er ikke en sport eller en anden form for konkurrence træning, men en disciplin der udvikler den indre sikkerhed og aktivt skaber fred.

Ki Aikido består af en række dynamiske teknikker; kast og låse der alle "går med kroppen". Der trænes med en eller flere partnere, og i udførelsen af teknikkerne fokuseres der på timing, rytme og effektivitet. Trævåbene Jo (stav), Bokken (sværd) og Tanto (kniv) indgår i træningen. I Ki Aikido benyttes det Japanske graduerings system med Kyu og Dan grader (hvid og sort bælte farve).

Ki træning

er en metode der arbejder med forening af sind og krop. I Ki træningen lærer vi at opfatte den menneskelige natur i sin helhed. Skaber tillid og sammenhæng, og udvikler vor fulde kapacitet. Der arbejdes både med Ki åndedræt, Ki meditation og Kenkodo (stræk/massage).

POST ADRESSE:
TOITSU - KI & AIKIDO DOJO, GLADSAXE,
BAGSVÆRDVEJ 207A,
2880 BAGSVÆRD



TOITSU -
KI & AIKIDO
DOJO, GLX.



Gratis prøve time.

Kom forbi en mandag eller onsdag kl. 19:00 til
20:15.



TOITSU - KI & AIKIDO DOJO, GLX.

Om vores dojo

Toitsu blev startet i 1995 af Finn Killbuck Johansen og Michael Holm. Vi er ca. 25 voksen og 25 børn i klubben.

Vi har både voksen-, junior- og børnehold. Ring eller mail for nærmere info om hvornår der starter begynderhold, 2125 1471 / aikido@toitsu.dk. Du kan også læse mere på vores hjemmeside www.toitsu.dk

Ki no Kenyukai Association Internationale

Ki og Aikido i Danmark hører under "Ki no Kenyukai Association Internationale" under ledelse af Kenjiro Yoshigasaki Sensei.

Ki no Kenyukai Association Internationale er en organisation der består af mange dojo'er i bl.a. Europa, Sydamerika og Sydafrika, hvor hver dojo har ansvar for egen træning.

Ki Aikido har kunnet trænes i Danmark siden 1987. Der er 8 Dojo'er i Danmark der er tilknyttet KnK AI.

Træningstider

Træningstider		
Mandag		
Aiki-kids	17:45 - 18:45	(8 - 12 år)
Alle (voksne)	19:00 - 20:15	
Let øvede	20:15-21:15	
Onsdag		
Familie & Junior hold	17:45 - 18:45	
Alle (voksne)	19:00 - 20:15	
Øvede (Hakama)	20:15-21:15	
Lørdag		
Alle	Fritræning	Efter aftale

Adresse og kontakt info:

Toitsu - Ki & Aikido dojo, Gladsaxe.
Aikido & Manma lokalet,
Gladsaxe Sportshal 55, 2860 Søborg
Tlf. +45 2125 1471

E-mail: aikido@toitsu.dk
Hjemmeside: <http://www.toitsu.dk>

