



WORKSHOPS

AIKIDO „BUKI WAZA”



Warsztaty nauki postępowania się bronią

Projekt „BUKI WAZA” ma na celu zwiększenie wiedzy praktycznej i teoretycznej na tematy postępowania się bronią oraz obroną przed nią. Dodatkowe zajęcia proponujemy tylko dla wybranych osób, grupy najstarszej naszego klubu, młodzieży która pragnie poszerzyć wiedzę oraz umiejętności w sztukach walk. Połączenie warsztatów z dotychczasową formą treningową tworzy całokształt nauki Aikido naszego klubu.

Warsztaty Buki Waza wzmacniają ciało oraz umysł, poprzez dodatkowy zastrzyk wiedzy, zaspokajają chęć poznawania oraz rozwijania pasji. Pozwalają opanować strach oraz niekorzystne emocje w chwilach zagrożenia, racjonalnie ocenić sytuację i działać zdecydowanie. Zmienia się świat, zmieniają się również zagrożenia wynikające z problemów życia codziennego.

Tanto dori, Kumi tachi, Tachi dori, Jo nage, Kumi jo, Jo dori ... to tylko niektóre elementy treningowe jakie pragniemy przekazać młodzieży.

Ze względu na ograniczenia czasowe treningów tygodniowych jest to jedyny sposób na wypełnienie wiedzy dla osób pragnących rozwijać się.

Workshops Buki Waza odbywać się będą w każdą sobotę (4 razy w miesiącu) od godz. 12.00 - 13.00

Sprzęt (jo, bokken, tanto) wykorzystywany do nauki zapewnia klub. Koszt miesięcznych warsztatów - 30 zł.

Zapisy przyjmujemy przed tygodniowym treningiem, oraz w formie SMS. Serdecznie zapraszam

Sensei