

Tule harjoittelemaan japanilaisia budolajeja Yatagarasu ry:n dojolle!

AIKIDO

Aikidossa harjoitellaan taistelutaitoa, jonka avulla voi torjua hyökkäyksen vahingoittamatta hyökkääjää pysyvästi. Ajatus perustuu vastustajan voiman hyväksikäyttöön, tasapainon horjuttamiseen ja pyöreään, spiraalinomaiseen liikkeeseen. Aikido sopii kaiken ikäisille ja kokoisille ihmisille. Aikidossa ei kilpailla.

Aikidoharjoittelu on monipuolista ja kehittää yleiskunnon lisäksi tasapainoa, koordinaatiokykyä ja notkeutta. Lajin aloittamiskynnys on matala, sillä harrastuksen alkuvaiheessa edetään rauhallisesti ja luodaan vankka perusta myöhemmille haasteille. Monille aikidosta tulee elinikäinen harrastus, jopa elämäntapa.

JUNIORIAIKIDO

Junioriaikido sopii 7 – 13 -vuotiaille. Junioriaikido eroaa aikuisten aikidosta siten, että siinä on mukana paljon leikkiä ja vaarallisemmat harjoitusmuodot on karsittu pois tai muutettu turvallisiksi harjoitteiksi. Esimerkiksi lukkoja ei junioriaikidossa tehdä



IAIDO

Iaido on perinteinen japanilaiseen miekankäyttötaitoon perustuva laji, joka keskittyy miekan vetämisen ja sen käytön harjoitteluun. Iaidossa harjoitellaan enimmäkseen katoja eli muotoja, sekä yksin että parin kanssa. Iaidon voi aloittaa 15-vuotiaana.

YATAGARASU RY

Yatagarasu ry perustettiin vuonna 2013. Yatagarasu ry on Suomen Aikidoliiton ja Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n jäsenseura. Yatagarasu harjoittelee Pataruuma - nimisessä kiinteistössä Laajasalossa. Osoite on Gunillantie 3, 00870 Helsinki. Valoisan, isoilla ikkunoilla varustetun harjoitussalin koko on noin 100 m². Perille pääsee busseilla 84, 85 ja 86. Tervetuloa katsomaan ja kokeilemaan!

Lisätietoja aikido ja iaido:

Aikuiset: Kari, puh: 044-570 3570, sähköposti: kari [at] yatagarasu.fi, www.yatagarasu.fi

Juniorit: Tuukka, puh: 040 357 7368, sähköposti: tuukka [at] yatagarasu.fi,
www.yatagarasu.fi

