

# Aikido



Aikido er en kampkunst, utviklet av Morihei Ueshiba rundt midten av forrige århundre, hovedsaklig med utgangspunkt i daitô-ryu ju-jutsu. Kunsten baserer seg på å nøytralisere angrep ved hjelp av kaste- og låseteknikker. Dette gjøres ikke ved rå styrke, men ved å utnytte kraften i et angrep mot angriperens selv. Aikido er ikke en *kampsport*, men en *kampkunst* - det er ingen konkurranser i aikido.

Opstart for nybegynnere over 15 år:  
Tirsdag 23. august, klokka 19:00  
Sted: Ved siden av legevakta på Kråkerøy

Se [fredrikstadaikido.wordpress.com](http://fredrikstadaikido.wordpress.com) for mer informasjon.