

# Kann Kampf Kunst sein?

aikido-schaffhausen.ch



## AIKIDO

## Einführungskurs 2026

### Was ist Aikido

Aikido ist eine moderne, gewaltfreie Kampfkunst, die nicht nur den Körper stärkt, sondern auch das Selbstvertrauen, die Konzentration und die Teamfähigkeit verbessert.

- Verbesserung von Körperhaltung und Beweglichkeit
- Stressabbau und mentale Klarheit
- Stärkung von Selbstbewusstsein und Präsenz
- Förderung von Respekt und Zusammenarbeit – ohne Konkurrenzdenken

### Neugierig?

**Für Jugendliche ab 12 Jahren und Erwachsene.  
Für alle die etwas Neues mit dem eigenen Körper  
und Geist erfahren wollen.**

### Wo

Dojo des Judo-Club Schaffhausen,  
Bus Nr. 3 Endstation "Sommerwies",  
danach 150m auf dem Fahrradweg Richtung Hemmental.

### Wann

Mittwoch	<b>11. Februar 2026</b>	Mittwoch	<b>04. März 2026</b>
Mittwoch	<b>18. Februar 2026</b>	Mittwoch	<b>11. März 2026</b>
Mittwoch	<b>25. Februar 2026</b>	Mittwoch	<b>18. März 2026</b>
		Mittwoch	<b>25. März 2026</b>

### Trainingszeit

**15.30 – 17.00** Bitte pünktlich auf der Mattenfläche erscheinen!

### Kleidung

Lockerer Trainingsanzug, barfuss auf Judo-Matten.  
Vor dem Training sind die Füsse zu waschen.  
Duschen und sanitäre Einrichtungen sind genügend vorhanden.

### Beitrag

Ganzer Kurs (7 Trainings) **CHF 70.–** pro Person.  
**CHF 100.–** pro 2 Personen derselben Familie.

### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt mit einer schriftlichen Mitteilung per Mail.  
Die Zahlung des Beitrags erfolgt vor Ort beim ersten Training in bar oder mit Twint.  
Anmeldeschluss ist Montag, 09. Februar 2026.  
Die Teilnahme am Einführungskurs erfolgt auf eigene Gefahr.  
Weder der Veranstalter noch Einzelpersonen übernehmen irgendeine Form von Haftung.

### Information

Aikido Schaffhausen - [www.aikido-schaffhausen.ch](http://www.aikido-schaffhausen.ch)  
Mail: [info@aikido-schaffhausen.ch](mailto:info@aikido-schaffhausen.ch)