

WARSZTATY AIKIDO

Aikido to sztuka walki łącząca w sposób harmonijny ciało i umysł ćwiczącego, w której głównym celem jest filozofia rozwoju i pojmowania życia.

Tego wszystkiego uczniowie SP 13 mogli dowiedzieć się na **warsztatach** przeprowadzonych przez **instruktora Aikido Defence Pana Rafała Frankiewicza** 2 stopień mistrzowski w dniu 28 listopada 2018 roku.

Instruktor aikido pokazał nie tylko bardzo skuteczną sztukę samoobrony, ale również niezwykle wartości estetyczne. Z podziwem i zachwytem uczniowie przyglądali się finezyjnym ruchom mistrza, który odpiera ataki z niezwykłą płynnością.

Organizator spotkania:

Katarzyna Skrzypczyk