

FY vom 09.07.2024



Aikido-Nacht begeistert

Forchheim Power, Action, Spaß und Achtsamkeit – das bot die „Lange Nacht des Aikido“ des Aikido-Vereins Forchheim. Am Wochenende erlebten 16 Kinder und Jugendliche aus fünf Nationen ein actiongeladenes Event. Los ging's mit einer Trainingseinheit im Dojo, geleitet von Julia Vilkova und Markus Malz. Danach

standen Werwolf, Völkerball und freies Toben mit Schaumstoffschwertern und weichen Bällen auf dem Programm. Nach einem gemeinsamen Frühstück gab es am Sonntag noch eine Trainingseinheit. Auf dem Bild sprintet Trainer Markus durch das Spalier der jungen Teilnehmer!

Foto: Silke Mark