

AIKIDO – Schnupperkurs Sommerferien 2017

AIKIDO, eine moderne japanische Budo- (Kampf-) Kunst, wurde etwa 1950 durch Sensei M. Ueshiba entwickelt. Es wird weltweit von einigen Millionen Menschen geübt.

In dem Kurs werden die Geschichte, die Grundlagen und Techniken des Aikido vorgestellt und geübt.



Dabei geht es um:

Etikette beim Aikido und ihre Bedeutung

Das Dojo, die Waffen, der Übungspart

Technische Grundlagen des AIKIDO

Die angewendeten Prinzipien werden erklärt

Basistechniken des AIKIDO

Es werden einige Technik des AIKIDO geübt

Ukemi, das Fallen

Was ist am AIKIDO speziell...

Die Grundgedanken des Aikido

AIKIDO und Alltag

Einige Überlegungen, was man über AIKIDO lernen kann

Lehrer : Ronald Kügler, 5. Dan, Volker Platz 4. Dan

Mindestalter : ab 15 Jahre

Kursdauer : 21.7. – 29.8. 2017

Zeiten : Dienstag, , 20:00-21:00

Freitag 19:30-20:30

Es steht den Teilnehmern frei an einem oder beiden Trainingszeiten in der Woche teilzunehmen.

Ort : ETV Bundesstr. 96, Dojo 1

Kosten für den Kurs : 30 Euro, ETV Mitglieder frei

Anmeldung : Tel. 015253 76 79 43

oder per email : Ronald.Kuegler@gmx.de

