

Anfänger Tagesseminar Aikidō

Robert Schütz & Dr. Roland Domann

2. Dan Aikikai Tōkyō

2. Dan Aikikai Tōkyō



Robert Schütz



Roland Domann

Eine Einführung in Aikidō. Seinen Körper und Geist verstehen, heißt andere verstehen.

In diesem Halbjahr wird ein Aikidō-Tagesseminar mit Robert Schütz & Dr. Roland Domann in Kooperation mit der VHS Düsseldorf, dem 1. Aikido Club Düsseldorf e.V. und dem Impulsworkshop der Stadtwerke Düsseldorf stattfinden.

Aikidō ist eine in der japanischen Tradition stehende moderne, defensive und friedfertige Kampfkunst für alle Altersstufen und Geschlechter. In diesem Seminar ab 16 Jahren.

Das Ziel beim Aikidō ist, die Kraft eines Angriffs abzuleiten und so zu nutzen um einen Angreifer vorübergehend angriffsunfähig zu halten, ohne ihn dabei schwer zu verletzen.

Praktiziert werden Partnerübungen, Meditation und Körperzentrumsschulung. Spür- und Sensibilitätsübungen helfen die Aikidō-Bewegungen mit Leben zu füllen. Die sanfte Roll- und Fallschule (Ukemi) wird Schritt für Schritt erarbeitet. Die Aikidō-Techniken werden mit wechselnden Übungspartnern ausgeführt.

Beide ehrenamtlichen Übungsleiter praktizieren seit mehr als 30 Jahren Aikidō.

Ort

städtische Realschule der Landeshauptstadt Düsseldorf
Luisenstraße 73, Sporthalle, Aikido-Dōjō im Hinterhofgebäude,
40215 Düsseldorf

Zeit

Samstag, 30. März 2019: 11:00 bis 17:45 Uhr

Preise

20,- € für das Tagesseminar

16,- / 10,- € Ermäßigungen bei der VHS-Düsseldorf möglich. Siehe Webseite: [VHS Düsseldorf.de](http://VHS-Duesseldorf.de)

Kleidung

Bitte mitbringen:

Feste Sportkleidung, die Arme und Beine bedeckt, Badesandalen

Sonstiges

Anmeldung:

Veranstaltungsnummer VHS Düsseldorf: S721 700

<https://www.duesseldorf.de/vhs/suche-nach-veranstaltungen-im-angebot-der-vhs-duesseldorf.html>

- Information: 1. Aikido Club Düsseldorf e.V.
R. Schütz
Telefon: 0211 - 22 02 304
eMail: info@aikido-duesseldorf.de
- Veranstalter: VHS Düsseldorf
- Haftung: Teilnehmer trainieren auf eigene Gefahr. Die Teilnehmer tragen selbst Sorge, dass ihrerseits keine Bedenken bestehen, eine "sportliche Betätigung" auszuüben und sie den „Aikidō-Bewegungsanforderungen“ entsprechen.

