

# Aikidō Tagesseminar für Anfänger

**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, 14. September 2019: 11:00 bis 17:45 Uhr**

## Preise

**20,- € für das Tagesseminar**

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

## Kleidung

**Bitte mitbringen:**

**Feste Sportkleidung, die Arme und Beine bedeckt, Badesandalen**

## Sonstiges

**Anmeldung:**

Veranstaltungsnummer VHS Düsseldorf: T721 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](mailto: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.



1. Aikido Club Düsseldorf e.V.



Volkshochschule  
Landeshauptstadt Düsseldorf



gemeinsam unsere Stadt bewegen.