



Aikido-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Mitglied im Deutschen Aikido Bund e.V. und dem Landessportbund NRW e.V.

Regionaltraining und Workshop des AVNRW in Herten

Am 20. April 2024

- Veranstalter: Aikido-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.
- Ausrichter: Aikido-Club Herten e. V.
- Lehrer/-in: Renate Behnke, 5. DAN
Nikolaus Borchert, 5. DAN
Beate Hellmich, 4. DAN
- Lehrgangsleiter: René Schroeder
Matthias-Claudius-Str. 15, 59065 Hamm
Tel.: 0151 42522674
E-Mail: schroeder_rene@hotmail.com
- Lehrgangsort: Glück Auf-Schule | Hasselbruchstr. 24 | 45701 Herten
- Teilnahmeberechtigt: Alle Aikidoka ab 5. Kyu mit gültigem Aikido-Pass
- Kosten: Der AVNRW übernimmt die Kosten für die Lehrer und die Organisation des Lehrgangs.
- Lehrstoff: Thematischer Schwerpunkt: Kuzushi (Gleichgewichtsbrechung in den verschiedenen Phasen der Technikausführung)
Weiterhin gibt es Raum an vorher abgefragten Themen der Teilnehmenden zu arbeiten. Es werden 2 TE-B gem. VOD-DAB anerkannt
- Zeitplan: **Samstag, den 20. April 2024**
- | | |
|-------------------|--------------------------------------|
| bis 13:30 Uhr | Anreise, Erledigung der Formalitäten |
| 14:00 – 16:15 Uhr | Aikido Training |
| 16:15 – 17:30 Uhr | Workshop (Theorie und Praxis) |
| 17:30 – 18:30 Uhr | Aikido Training |
- Bemerkung: Bitte Tanto, Jo und Bokken mitbringen.
- Es wird nach Dan-Trägern und Kyu-Graden aufgeteilt. Die Trainingsinhalte werden den Teilnehmern entsprechend angepasst.
- Themenwünsche können vorab eingereicht werden:
schroeder_rene@hotmail.com

Wir hoffen auf eine rege Teilnahme und wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise und viel Spaß beim Lehrgang!

Prof. Dr. René Schroeder
(Vizepräsident Technik AVNRW)