



Regionaltraining und Workshop des AVNRW in Herten

Am 28. Februar 2026

Veranstalter:	Aikido-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.									
Ausrichter:	Aikido-Club Herten e. V.									
Lehrer/-in:	Frank Mercsak, 6. DAN Renate Behnke, 5. DAN Nikolaus Borchert, 5. DAN									
Lehrgangsleiter:	René Schroeder Bachemer Str. 172, 50935 Köln 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 Schwerpunkte: Angriffe im Aikido, Angreiferverhalten, Abwehr von Messerangriffen, Es werden 2 TE-B gem. VOD-DAB anerkannt									
Zeitplan:	Samstag, den 28. Februar 2026 <table><tr><td>bis 13:30 Uhr</td><td>Anreise, Erledigung der Formalitäten</td></tr><tr><td>14:00 – 16:00 Uhr</td><td>Angreiferverhalten und Wirkungen auf die Technik</td></tr><tr><td>16:00 – 17:30 Uhr</td><td>Messerangriffe mal anders!?</td></tr><tr><td>17:30 – 18:30 Uhr</td><td>Arten des Angriffs, Distanz und Grenzsetzung, Verhältnismäßigkeit in der Abwehr</td></tr></table> Bitte Tanto mitbringen. Es wird in wechselnden Gruppen trainiert. Die Trainingsinhalte werden den Teilnehmern entsprechend angepasst. Themenwünsche der Teilnehmenden können aufgegriffen werden.		bis 13:30 Uhr	Anreise, Erledigung der Formalitäten	14:00 – 16:00 Uhr	Angreiferverhalten und Wirkungen auf die Technik	16:00 – 17:30 Uhr	Messerangriffe mal anders!?	17:30 – 18:30 Uhr	Arten des Angriffs, Distanz und Grenzsetzung, Verhältnismäßigkeit in der Abwehr
bis 13:30 Uhr	Anreise, Erledigung der Formalitäten									
14:00 – 16:00 Uhr	Angreiferverhalten und Wirkungen auf die Technik									
16:00 – 17:30 Uhr	Messerangriffe mal anders!?									
17:30 – 18:30 Uhr	Arten des Angriffs, Distanz und Grenzsetzung, Verhältnismäßigkeit in der Abwehr									

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)