



Regionaltraining und Workshop des AVNRW in Herten

Am 20. Juni 2026

- Veranstalter: Aikido-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.
- Ausrichter: Aikido-Club Herten e. V.
- Lehrer/-in: Frank Mercsak, 6. DAN
Renate Behnke, 5. DAN
- Lehrgangleiter: 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: Hamni Hantachi und Kaiten Nage
Es werden 2 TE-B gem. VOD-DAB anerkannt
- Zeitplan: **Samstag, den 20. Juni 2026**

bis 13:30 Uhr Anreise, Erledigung der Formalitäten

14:00 – 15:30 Uhr Hanmi Hantachi

15:30 – 17:00 Uhr Technikvarianten Kaiten Nage –
Ausführungen Uchi & Soto

17:00 – 18:30 Uhr Themen der Teilnehmer

Bitte Waffen mitbringen.

Es wird in wechselnden Gruppen trainiert. Die Trainingsinhalte werden den Teilnehmern entsprechend angepasst. Themenwünsche der Teilnehmenden können aufgegriffen werden.

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)