



Regionaltraining und Workshop des AVNRW in Herten

Am 12. September 2026

Veranstalter:	Aikido-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.								
Ausrichter:	Aikido-Club Herten e. V.								
Lehrer/-in:	Frank Mercsak, 6. DAN Renate Behnke, 6. 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: Kata als Übungsform im Aikido Es werden 2 TE-B gem. VOD-DAB anerkannt								
Zeitplan:	Samstag, den 12. September 2026 <table><tr><td>bis 13:30 Uhr</td><td>Anreise, Erledigung der Formalitäten</td></tr><tr><td>14:00 – 15:30 Uhr</td><td>Kata als Übungsform</td></tr><tr><td>15:30 – 17:00 Uhr</td><td>Arbeit gemäß Bedarfen der Teilnehmer</td></tr><tr><td>17:00 – 18:30 Uhr</td><td>Wiederholung und Vertiefung</td></tr></table> Bitte Waffen 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 – 15:30 Uhr	Kata als Übungsform	15:30 – 17:00 Uhr	Arbeit gemäß Bedarfen der Teilnehmer	17:00 – 18:30 Uhr	Wiederholung und Vertiefung
bis 13:30 Uhr	Anreise, Erledigung der Formalitäten								
14:00 – 15:30 Uhr	Kata als Übungsform								
15:30 – 17:00 Uhr	Arbeit gemäß Bedarfen der Teilnehmer								
17:00 – 18:30 Uhr	Wiederholung und Vertiefung								

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)