



AIKIDO

Sommerlehrgang 2017 in Göhren auf Rügen

mit **Anita Köhler**

6. Dan Aikikai

Datum

29.7. bis 4.8.2017

Ort

Nordperdhalle in Göhren auf Rügen
Gerhart-Hauptmann-Straße 1
18586 Göhren

Kosten

ganzer Lehrgang 96,- Euro,
Wochenende 35,- Euro, 1 Tag 20,- Euro.

Trainingszeiten

10:00 – 11:15 Uhr **Schwert**
11:15 – 12:30 Uhr **Aikido**
12:30 – 13:30 Uhr **Stock**, mit Axel Busknovitz
16:00 – 17:00 Uhr **Aikido**, mit Matthias Lange
17:00 – 18:00 Uhr **Internal Power und Aiki**
18:00 – 19:00 Uhr **Aikido**

Stock-Training

Axel Busknovitz, 4. Dan Aikikai

Internal Power und Aiki-Inhalte

Destabilisierung des Partners unter Anwendung biomechanischer Prinzipien, Energie im eigenen Körper und dem des Partners spüren und lenken, Energielinien herstellen und nutzen, Anwendung der Nei Gong im Aikido.

Weitere Hinweise

Es kann in der Halle übernachtet werden für 7,- Euro die Nacht, bitte dafür anmelden. Kochgelegenheit und gemeinsames leckeres Frühstück ist vorhanden. Campingplatz: 038308 / 90120 oder Ferienwohnung über Fremdenverkehrsverein Göhren: 038308 / 25938 (rechtzeitig reservieren). Bokken bitte mitbringen.

Anmeldung

per Anmeldeformular auf aikido-ostseecamp.de