

10. März 2018

AIKIDO UKEMI



SEMINAR in HANNOVER mit Sonja Sauer



* Ukes Aufgabe beim gemeinsamen Üben geht weit über den ersten Angriff und das abschließende Rollen/Fallen hinaus. Das Studium von Uke bringt einerseits Klarheit in unser Verständnis für die Funktionalität der Techniken, vertieft aber auch Schärfe und gleichzeitig gemeinsamen Kontakt.

Kyushindo Aikido Verein Hannover
lädt alle herzlich ein zum Seminar
am 10. März 2018
13:00 - 15:00 Uhr und 16:00 - 18:00 Uhr.

Trainingsort:
Aikido Schule Linden
Fössestraße 93B, 30453 Hannover

Das Seminar kostet zwischen 20 und 30
euro (je nach dem was du bezahlen kannst)
und ist für alle die Aikido trainieren offen.

Da es nur 30 Plätze gibt muss man sich
vorher anmelden: info@kyushindo.de

Sonja Sauer begann 2002 mit Aikido
und lernte vor neun Jahren ihre
heutigen Lehrer Jan Nevelius Shihan
und Jorma Lyly kennen. Seit 2013
leitet sie zusammen mit Peter Menke
das Dojo Aikido im Hof in Duisburg.

Der Fokus ihrer Lehrer auf dem
Verhalten und der Bewegung von
Uke faszinierte Sonja von Anfang an
und begeistert sie auch heute noch
immer sehr. Bei diesem Workshop
möchten wir uns u.a. dem Erlernen
weicher Highfalls, der Kommunikation
zwischen Tori und Uke und der
Rolle von Uke beim freien Üben
und innerhalb von Basistechniken
widmen.

martial art as a way to harmony between body and spirit

www.kyushindo.de – AIKIDO in Hannover – www.facebook.com/AikidoHannover