



„Intens4You“- ein Aikido-Wochenende des Landesverbandes Aikikai Norddeutschland e.V. am 13./14. August 2022

Was gibt es besseres als Aikido? Noch mehr Aikido!

Die Gelegenheit im August: Gemeinsam im Dojo Trainieren, Essen, Schlafen. Ein Wochenende komplett gestaltet von den Teilnehmenden für die Teilnehmenden. Austausch und Spaß an der dynamischen Bewegung und intensivem Training stehen im Vordergrund.

Trainingszeiten:

Samstag 13.8.22	Sonntag 14.8.22
7-8 Uhr (Frühtraining)	7-8 Uhr (Frühtraining)
10-12 Uhr (Vormittageinheit)	10-12 Uhr (Vormittageinheit)
15:30-17:00 Uhr (Nachmittageinheit: Ukemi / Waffen)	15:30-17:00 Uhr (Nachmittageinheit: Ukemi / Waffen)
19-21 Uhr (Abendtraining)	19-21 Uhr (Abendtraining)

Trainingsort: Aikido Schule Hamburg
Barnerstraße 16, 22765 Hamburg-Altona

Lehrgangsgebühr: 30 Euro (1 Tag: 18 Euro)
20 Euro (1 Tag: 12 Euro) für Mitglieder des Aikikai Deutschland

Info / Anmeldung: Im Dojo kann gerne übernachtet werden. Die Teilnahme ist nur nach bestätigter Anmeldung möglich.

Der Lehrgang findet voraussichtlich unter „**OG**“-Bedingungen statt. Je nach pandemischer Entwicklung und den dann gültigen Verordnungen behalten wir uns vor, Einschränkungen vorzunehmen oder das Wochenende kurzfristig abzusagen. Ein **Hygienekonzept** versenden wir ca. 2 Wochen vorher.

Weitere Infos: aikikai@birgitschindler.de

Anmeldung bitte unter **Angabe von Kontaktdaten** formlos per Mail an: **John Mager (info@aikikai-nord.de)**

Bitte Stock und Schwert mitbringen!

Wir freuen uns auf Euren Besuch.

Der Ausrichter / Veranstalter übernimmt bei Schäden, Verlust, Unfällen oder Ausfall der Trainingseinheit keine Haftung.