

SONJA SAUER

1.–3. November
2019



© aikido oberursel

SONJA SAUER

Aikido-Seminar 1.–3. November 2019

FR @ LLS
19.30–21.00 Aikido

SA
10.30–12.30 Aikido
Mittagessen in nahe gelegenen Gasthaus
16.00–18.00 Aikido
im Anschluss Party im Dojo

SO
11.00–13.00 Aikido

Teilnehmer sollten mind. 3–6 Monate Aikido-Erfahrung haben. Das Mindestalter für die Teilnahme ist 14 Jahre.

Für Sonja sind die spannenden Aspekte des Aikido die dynamischen Bewegungen, die körperliche Kommunikation und das Potential für die Konfliktlösung. Ihr besonderes Augenmerk gilt den weichen Ukemi-Formen.

Sonja begann 2003 bei Martin Glutsch mit dem Aikido, was sie von Anfang an mit großer Leidenschaft übte. Ihre einflussreichsten Lehrer sind heute Jorma Lyly, Jan Nevelius Shihan und Mouliko Halén.

Sonja ist Lehrerin bei „Aikido im Hof“ in Duisburg. Sie trägt den 4. Dan Aikikai Tokio und 2. Dan DAB.

Mehr Informationen unter: <http://aikidoimhof.de>

Bitte unter diesem Link anmelden:
<https://aikido-oberursel.de/sonja2019>

Veranstaltungsorte:

FR – Turnhalle der Landgraf-Ludwig-Schule (LLS)
Rathausstraße 13
61348 Bad Homburg

SA & SO – Vereinshaus des TV Weißkirchen (TVW)
Oberurseler Straße 16
61440 Oberursel

Oberursel ist ca. 20 Minuten von Frankfurt entfernt.
Anreise: <https://aikido-oberursel.de/de/anfahrt>

Unterkunft:

Du kannst in unserem Dojo in Weißkirchen im Schlafsack auf der Matte übernachten (wir servieren Frühstück). Es gibt eine Bar mit sehr günstigen Getränken.

Bitte melde dich über den Link oben an und gib Bescheid, wann/wie du ankommst und ob du spezielle Frühstückswünsche hast (Unverträglichkeiten etc.).

Informationen zu Hotels und B&Bs in der Umgebung findest du unter „Anfahrt“ auf unserer Website.

Kontakt:

dojo@aikido-oberursel.de
Mobil +49 (172) 86 36 101 (Klaus)
<https://aikido-oberursel.de>

Mit der Teilnahme akzeptierst Du die Teilnahmebedingungen auf unserer Website (Menüpunkt „Teilnahmebedingungen“). Diese liegen beim Seminar auch in Papierform aus. Das Aikido-Dojo Oberursel ist eine Abteilung des TV 1889 Weißkirchen/Ts. e.V. Der Verein ist gemeinnützig, d.h. das Dojo unterstützt die Veranstaltung ohne kommerzielles Interesse.