

SONJA SAUER

17.–19. März

2023



© aikido oberursel

SONJA SAUER

Aikido-Seminar 17.–19. März 2023

FR @ Bad Homburg

19:30–21:00

Aikido

Ab 21:45

Gaststättenbesuch in Laufnähe

SA

10:30–12:30

Aikido

Ab 13:15

Mittagessen in nahe geleg. Restaurant

16:00–18:00

Aikido

Ab 19:00

Party im Dojo: wir essen, was Ihr mitbringt (Getränke gibt es a. d. Bar)

SO

11:00–13:00

Aikido

Es werden keine Waffen benötigt.

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: <https://aikidoimhof.de>

Anmeldung erforderlich:
<https://aikido-oberursel.de/sonja2023>

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

Bad Homburg und Oberursel sind Nachbarstädte. Sie sind ca. 20 Minuten von Frankfurt entfernt. Anreise:
<https://aikido-oberursel.de/de/anfahrt>

Unterkunft:

Informationen zu Übernachtungsmöglichkeiten findest du unter „**Anfahrt**“ auf unserer Website.

Teilnahme:

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

Kontakt:

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

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.