

AIKIDO für Schülerinnen und Schüler

Schnuppermonat Dezember 2021
im Budokan Saal/Teugn, Ringstraße 5

Aikido ist eine japanische Kampfkunst, die von Jung und Alt ausgeübt werden kann. Es gibt auch keine Gewichts- oder Altersklassen, da die Techniken die Energie des Angreifers nutzen und gegen diesen einsetzen. So können vermeintlich schwächere Personen auch auf Aggressionen größerer und stärkerer Personen wirkungsvoll reagieren.



Im Aikido trainiert man überwiegend mit Partner. Hier wird besonders Wert darauf gelegt, dass man miteinander und nicht gegeneinander arbeitet. Das Training beinhaltet unter anderem, Aufwärmen, Spiele, Aikido Techniken, Fallschule, Selbstverteidigung.... Es finden keine Wettkämpfe statt.

Im Kindertraining steht Freude an der Bewegung und die Entwicklung der Persönlichkeit der jungen Menschen im Vordergrund. Die Techniken werden auf die Altersgruppe hin modifiziert gelehrt. Hintergrundwissen und traditionelle Rituale sind ebenso Bestandteil des Unterrichts.

Die Trainingszeiten sind jeweils montags von 17:15 – 18:30 Uhr. Es wird empfohlen fünf Minuten vor Trainingsbeginn zu kommen. Die Kinder sollten lange Trainingskleidung tragen. Falls es den Kindern nicht möglich ist zu kommen, wäre es schön, wenn dies mitgeteilt wird.

Das Training wird von Norbert Röhl geleitet (3. Dan Aikido, seit über 20 Jahren beim Budokan Saal/Teugn) und findet ab acht Teilnehmer/innen am 6., 13., 20., und 27. Dezember statt. Der Schnuppermonat ist gratis. Ab Januar wird dann auf Wunsch das Training zu Vereinskonditionen weitergeführt.

Zur aktuellen Corona Situation:

Aktuell ist von außen vorgegeben, dass nur Personen, welche die 2 G Regeln erfüllen, in Räumen trainieren dürfen. Ausnahme sind Schüler und Schülerinnen unter 12 Jahren, diese müssen nicht geimpft sein; von 12 bis 18 Jahren wird bis Ende Dezember 2021 ebenfalls kein Impfnachweis benötigt. Das Dojo wird regelmäßig desinfiziert, Luftreiniger werden eingesetzt, Desinfektion und Teilnehmerregistrierung wird durchgeführt. Trainer und Co-Trainer erfüllen die 2G Regeln.

Wir freuen uns auf Dich.

Anmeldung bitte über:

Norbert Röhl, Tel 09441 80685 oder nroehrl@gmail.com

Weitere Informationen zum Verein auch über die Homepage Budokan Saal e.V.: <https://BudokanSaal.de>