



Spezialseminar mit Thomas Willhöft

seit 1986 Stock-Schwert-Aikido (4. Dan) / Shizen-taido (1.Kyu)



Renzoku waza (Verbindungstechniken)

Kaeshi waza (Umkehrtechniken)

Samstag 7.12.2024 von 16.00 – 20.00 Uhr

3 Einh. + Pausen

Ort : Aikidodojo vom VSC Donauwörth, Zirgesheimerstr. 4

Seminar ist für Fortgeschrittene und Anfänger gleichermaßen geeignet.



In diesem Seminar geht es um Verbindungstechniken und Umkehrtechniken.

Schwerpunkt bei den Renzoku-waza wird das Erfühlen sein. Das Erfühlen, von den sich durch unsere exakte Mitte - Positionierung ergebenden Technikansatzwechseln.

Wir werden also an exakten Positionsänderungen arbeiten um so wenig wie nur möglich zu „Händeln“, nach dem Grundsatz : unten 70 - oben 30.

Bei Kaeshi-waza geht es schwerpunktmäßig um das Annehmen des „Angriffs“ in einer gelassenen Haltung, die es ermöglicht „entspannt“ Umkehrtechniken einzuleiten.

Anmeldung bis Mo. 2.12.2024

Gebühr nach eigenem Geldbeutel :

25,-- - 40,--€

begrenzt auf 12 Teilnehmer

Teilnahme nach Anmeldeeingang

Teilnahme auf eigene Verantwortung

Übernachtung für Auswärtige

bei Thomas möglich



Sunshine Deer, der Gauklervogel



info@thomas-willhoeft.de

Gartenstr. 26 86663 Asbach – Bäumenheim

Tel: 0906 / 9800999