

AIKI-JO

Kumi-Jo Stocktechniken

Grundlagen & Variationen

mit Axel Buksnowitz, 5.Dan Aikikai

19./20. Januar 2019

im Kikentai-Dojo Berlin



KIKENTAI BERLIN

Ken-jutsu
Aikido
Jiu-jitsu



Dieser Stock-Lehrgang bietet die Gelegenheit, intensiv mit dem Jo zu üben. Anfänger können sich mit den Formen der Kumi-Jo vertraut machen, Fortgeschrittene erweitern ihre Kenntnisse durch Variationen und weiterführende Trainingsimpulse.

Am Sonntag sind Aiki-Kids ab 9 Jahren zu einem gemeinsamen Keiko mit den Erwachsenen willkommen.

Samstag:

11.00–13.00 KEIKO / 16.00–18.00 KEIKO
18.00–19.00 FREIES KATA-TRAINING

Sonntag:

10.00–12.00 KEIKO
12.00–13.00 FREIES KATA-TRAINING

Investition: 50 Euro pro komplett / 20 Euro pro Trainingseinheit

Kontakt: axel@kikentai.berlin, 01 72. 316 23 59