



Kokoro Aikido
flow motion



KAESHI WAZA / HENKA WAZA SEMINAR

mit Karl Ruben, 4. Dan Aikikai

Sonntag, 22. Mai 2016

Ort:

Kokoro Aikido Dojo
Grellstr. 74
10409 Berlin

Zeiten:

11:00 – 12:30 Uhr HENKA WAZA

Pause

15:00 – 16:30 Uhr KAESHI WAZA

Kosten:

einzelne Stunde	15,00 €
gesamtes Seminar (Jugend)	20,00 €
gesamtes Seminar	25,00 €

Thema:

Zu den fortgeschrittenen Techniken im Aikido zählen auch die Verkettung zweier Techniken (Henka Waza) oder die Kontertechniken (Kaeshi Waza). Diese zwei Themen wollen wir uns im Mai einmal genauer ansehen.

Das Training erfordert Kenntnis der wichtigsten Basistechniken. Unabhängig vom Stil ist aber jeder herzlich willkommen, der sich zutraut Ikkyo von Irimi Nage zu unterscheiden.