



AIKIDO ZENTRUM HAMBURG

AIKIDO meets MOVEMENT

Bewegungshorizonte erweitern

Matthias Lange & Max Rössner

(5. Dan Aikikai)

(2. Dan Aikikai/Capoeira/Movement Practice)

Hamburg, 21. + 22. April 2017

Wir werden Übungen und Bewegungsmuster erforschen, die unsere Grenzen des Bewegungshorizontes ausdehnen. Unsere Beweglichkeit übertragen wir dann in unser Aikido und wenden sie an.

Max trainiert seit 15 Jahren intensiv Aikido. Zusätzlich hat er sich mit Capoeira und Movement Practice beschäftigt. Aus diesem Zusammenspiel ergeben sich neue Einsichten und Bewegungsformen (Aiki-Taiso), die das Training sinnvoll erweitern.

Matthias begann Aikido 1992 und ging 1996 nach Paris um bei Christian Tissier zu lernen. Er unterrichtet seit 1998 und gründete 2001 das Aikido Zentrum Hamburg. Er ist besonders für seine präzise Didaktik und sein dynamisches und flüssiges Aikido bekannt.

Matthias und Max werden sich im Staffelstab-Prinzip die Bälle (Übungen und Techniken) zuspielen. So werden nicht nur vorbereitete Übungskonzepte angeboten, sondern es entsteht im gemeinsamen kreativen Prozess eine neue und integrative Trainingserfahrung.

Wir freuen uns auf Euch!

Zeiten Fr 18.00 – 20.00 Uhr
Sa 12.00 – 14.00 und 16.00 – 18.00 Uhr

Ort Aikido Zentrum Hamburg
Beerenweg 1 d, 22761 Hamburg

Kosten Gesamt 45.– Euro / Einheit 20.– Euro



Trainiert wird ohne Hakama, bringt bitte einen Jo mit.
Im Dojo kann übernachtet werden

Facebook Veranstaltung: <https://www.facebook.com/events/798177547001455/>
Anmeldung unter: peer_c@web.de