

AIKIDO SAMSTAGS SPEZIAL

20.09.2025

Das nächste Samstags Spezial steht an!!!

Fallschule und Kaiten Nage

士
曜
日
合
気
道

Der Weg zum Boden ist gerade am Anfang gerne ein wenig holprig. Wir nehmen uns diesmal wieder viel Zeit dafür, zu rollen und zu fallen. Und dazu gehört natürlich, wie ich sicher zum Boden komme und danach auch wieder hoch.

Kaiten Nage (回転投げ) ist eine Technik, die grob übersetzt “Rotationswurf” bedeutet. Und gerade die Rotation ist im Aikido etwas essenzielles. Auf wie viele verschiedene Arten ihr nachher rotieren könnt, werden wir dann sehen, denn auch den Kaiten Nage kann man in vielen verschiedenen Formen ausführen. Was ein Haus und das Draußen damit zu tun haben, werdet ihr erfahren, wenn ihr zum Training kommt.

Training von 09:30 – 11:30 in der Goseburgstr. 41, 21339 Lüneburg , danach gibt es ein nettes Beisammensein, philosophieren und eine kleine Stärkung im Dojo. Für Kaffee, Brötchen und Mett ist gesorgt. Bringt euch selbst ein Bisschen Aufstrich mit.

Alle Kensho-Mitglieder jung und alt, Vereinsfremde und Schnuppernde sind herzlich willkommen. Keine Vorkenntnisse nötig. Das Training ist Kostenlos! Vereinsexterne werden um eine Spende gebeten.

Anmeldung zum besseren Planen bitte an info@kensho-lueneburg.de
Spontanes kommen erlaubt.

Viele Grüße
Fritz und Michael