



Aikido-Intensiv-Seminar

MEINE ROLLE ALS UKE

mit Georg Schrott

Sonntag, 18. April 2010

15.00-18.00 Uhr (Teepause inbegriffen)

Bei ausreichender Teilnehmerzahl singen wir
im Anschluss die

World Wide Tuning Meditation

von Pauline Oliveros

Würde man in Begriffen von Kämpfen, Gewinnen und Verlieren denken, wäre der **UKE** im Aikido immer der Verlierer. Aber dem **UKE** kommt dieselbe Verantwortung für die Gestaltung einer Technik zu wie dem Nage. Ihre Rollen sind völlig gleichwertig.

Im technischen Training wird in der Regel vor allem die Nage-Rolle geübt. Das Seminar **MEINE ROLLE ALS UKE** legt stattdessen den Schwerpunkt auf das Verhalten des **UKE** beim Angriff, während des Ausführens der Technik und während und nach dem Ukemi, um so ein tieferes Verständnis der Begegnung zwischen den Partnern zu vermitteln.

Bitte Stock, Schwert und
ggf. Meditationskissen mitbringen!

Kosten: für Dojo-Mitglieder frei; Gäste 5,-€

Ort: Aikidojo Bochum, Alleestraße 24 (im Hof)

Kontakt:

Schorsch

Tel: 02324/79366

Mail: Georg.Schrott@web.de



Unverbindlicher Ausblick auf die nächsten Seminare:
Stock/Schwert (Sommer; im Freien) – Wohin führt der „Weg“? (Herbst) –
Aggression im Aikido? (Winter)