

AIKIDO - SEMINAR

mit Judith Elze

21. - 22.02. 2015 in Bochum



Samstag 13:00 - 15:00
16:30 - 18:30

Sonntag 11:00 - 13:00

gesamt 50,--
1 Tag 35,--
1 Einheit 20,--

Hier Judith selbst über ihre Arbeit:

„Seit einigen Jahren lasse ich im Aikido viel Achtsamkeit und Körperwahrnehmung üben und lade ein dazu, den natürlichen Bewegungsimpulsen des Körpers zu folgen. Ich erlebe es immer wieder als sehr beglückend, wie dies das Aikidotraining verändern kann, und freue mich darauf, mit euch gemeinsam damit zu experimentieren.“

Für alle (AnfängerInnen und Fortgeschrittene), die Lust haben, sich dem Aikido einmal abseits des klassischen Trainings anzunähern.

Ort Aikidojo Bochum
Alleestraße 24 (im Hof), 44793 Bochum

Anfahrt U-Bahn Haltestelle Bochum Rathaus
S-Bahn RB45 bis Haltestelle Bochum-West
Straßenbahn Linie 302, 310 oder 345 Haltestelle Rathaus

Anmeldung Monika Evers mo.evers@gmx.de
Tel. 02104 1376653 oder 0176 53972631