



**AIKIDO**  
DOJO DARMSTADT

## Fokus Workshop: Schwert

Samstag, 07. Oktober 2023

mit Alexander Rettig

12:00 – 13:30 Uhr | 14:30 – 16:00 Uhr

Das Training mit dem Schwert ermöglicht die Erforschung von grundlegenden Prinzipien der Kampfkunst. Atmung, Balance, Energiefluss, Distanz, Timing, Intention, .... Übungen, die der Ausbildung der Einheit von Energie, Schwert und Körper dienen sind ebenso Thema wie die Arbeit an den Elementen einzelner Formen mit dem Partner. Das Schwert wird zum Lehrer und vermittelt wichtige Konzepte auch für andere Kampfkünste, insbesondere dem Aikido.

Wir freuen uns über Übende aller Graduierungen mit und ohne Erfahrung mit dem Schwert.

**Kosten: 30 €**

**Ermäßigt/Mitglieder: 20 €**

Gerne Anmeldung oder Fragen an [alexander.rettig@aikido-doj.de](mailto:alexander.rettig@aikido-doj.de)



#### Location

Aikido Dojo Darmstadt,  
Hochstr. 7, 64283 Darmstadt.  
Wenige Parkplätze im Hof.  
Bitte in der Hochstraße parken.

[www.aikidodarmstadt.de](http://www.aikidodarmstadt.de)

Veranstaltungshinweise  
und Corona-Hygieneplan

