



# Aikido Lehrgang

23. und 24. November 2024



Claudia Heu (5. Dan)  
Ute Schwarzmayr (5. Dan)



Samstag, 23. November 2024	14.00 – 17.30 Uhr ab 18.00 Uhr	Aikido (inkl. Pausen) gemeinsames Abendessen
Sonntag, 24. November 2024	10.00 - 13.00 Uhr	Aikido (inkl. Pausen)

**Ort:** Insel – Haus der Jugend  
Franz-Hinterholzer-Kai 8  
5020 Salzburg

**Anmeldung:** Ute Schwarzmayr  
[info@ute-schwarzmayr.at](mailto:info@ute-schwarzmayr.at)  
0043 (0)650 752 84 37

**Anmeldeschluss:** 20. November 2024

**Kursbeitrag:** € 110,- / ermäßigt € 90,- (ganzer Lehrgang)  
€ 60,- / ermäßigt € 50,- (halber Lehrgang)

**Kleidung:** Aikido-Anzug oder bequeme Trainingskleidung

**Anfänger** sind herzlich willkommen. Wir üben verschiedene Wurf- und Haltetechniken und Fallschule. Tempo und Schwierigkeitsgrad orientieren sich an den Möglichkeiten und dem Erfahrungsstand jeder Teilnehmerin und jedes Teilnehmers.

**Wer hat, bitte Bokken, Jo und Tanto mitbringen.**

**Stornobedingungen:** Bei Stornierung der Teilnahme nach dem 25. November 2022 ist die gesamte Kursgebühr fällig, ausgenommen der Platz kann von der Warteliste nachbesetzt werden.

**Jeder ist für sich selbst verantwortlich**, die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Weder Veranstalter noch Einzelpersonen übernehmen irgendeine Form von Haftung.