

Atelier für Persönliches AikishinTaiso APAT

Oktober 2017 - Juni 2018

6 Samstage 15:00 - 18:00 Uhr
und ein persönliches Übungsprogramm von täglich 30 Minuten

Für die Teilnahme an einem APAT ist keine Vorerfahrung in Aikishintaiso erforderlich.

Das APAT beinhaltet 6 Unterrichtseinheiten im Abstand von 4-8 Wochen, in denen die Grundlagen des Aikishintaiso und die Methodik des APAT in Praxis und Theorie vermittelt und vertieft werden. Während der Unterrichtseinheiten wird jede Person nach einer bestimmten Methodik gezeichnet und auch fotografiert. An Hand der Zeichnung schickt die jeweilige Lehrerin in der folgenden Woche jeder Person ihre Übungen, die täglich 30 Minuten praktiziert werden. Dieses persönliche Übungsprogramm ermöglicht eine individuelle Körperarbeit für die individuelle Suche nach Stabilität und Gleichgewicht ohne überschüssige Spannung. Weitere Informationen entnehmen Sie dem Text über Aikishintaiso von Cognard Hanshi.

Es finden 2 APAT zu folgenden Terminen statt:

21. Oktober, 02. Dezember 2017, 13. Januar, 17. März, 14. April, 02. Juni 2018
jeweils 15:00 - 18:00 Uhr

APAT geleitet von **Ortmann Anne-Katrin Sensei**

Ort: Aikido - Die Bewegungsschule, Weberstraße 57/59, 28203 Bremen

APAT geleitet von **Vogelei Marie Sensei**

Ort: Aikido - Institut, Westerstraße 68, 28199 Bremen

Im Januar wird **Cognard Anne Sensei** aus Frankreich zu Gast sein, um den Unterricht zu leiten und die persönlichen Übungsprogramme zu schreiben.

Anne Cognard leitet APATs, Aikishintaiso-Kurse und Workshops und lehrt an der Schule „Académie autonome d'aikido Kobayashi Hirokazu“. Sie ist verheiratet mit Cognard Hanshi, dem Gründer der Schule in Bourg Argental bei Lyon, an der Aikishintaiso- und Aikidolehrer_innen ausgebildet werden.

Kosten pro APAT:

einmalig € 310 bei Zahlung bis 1. Oktober 2017 oder
3 Raten a € 120 zum 01. Oktober 2017, 01. Januar und 01. April 2018

Kontoverbindungen:

Marie Vogelei

Sparda Bank Hannover, BIC: GENODEFF 1S09, IBAN: DE81 2509 0500 0104 0808 23

Anne-Katrin Ortmann

Sparkasse Bremen, BIC: SBRE DE 22 XXX, IBAN: DE36 2905 0101 0011 77 21 83