

9. Aikido-im-Oberland Workshop

24. Februar - 26. Februar 2023 (Freitagabend bis Sonntagmittag)
im ZIST - Zist 1, D-82377 Penzberg

„Spielarten des Lebendigen – Aikido trifft Frauen-Power“ *Männer und Frauen sind herzlich willkommen*

Aikido im Oberland e.V. veranstaltet wieder einen besonderen Lehrgang in Penzberg. Drei langjährig praktizierende und erfahrene Aikido-Lehrerinnen gestalten an diesem Wochenende in fließendem Wechsel die Trainingseinheiten. In lockerem Rahmen sollen an diesem Wochenende auch Geselligkeit und Austausch nicht zu kurz kommen.



Location

Wir sind jetzt zum vierten Mal Gast im ZIST, in D-82377 Penzberg. Die Verpflegung ist vegetarisch und überwiegend in zertifizierter Bio-Qualität. Mehr Informationen unter www.zist.de. Entsprechend der Zielgebung des Lehrgangs bevorzugen wir bei der Vergabe der begrenzten Plätze Vollbucher. Es steht für uns ein bestimmtes Zimmerkontingent zur Verfügung, die Buchung der Zimmer samt Verpflegung übernehmen bitte die TeilnehmerInnen selbst.

Trainerinnen



Ute Schwarzmayer, Salzburg
– siehe www.ute-schwarzmayer.at
5. Dan Aikikai Hombu-Dojo

Dr. Sonja Weißbacher, Wolfratshausen
– siehe www.weissbacher.de
4. Dan Aikikai Hombu-Dojo Tokio



Claudia Heu, Wien
– siehe www.claudiaheu.com
4. Dan Aikikai Hombu-Dojo

TeilnehmerInnen

Eingeladen sind Budoka aller Disziplinen und Stilrichtungen und alle anderen Interessenten, männlich/weiblich/divers gleichermaßen, die offen sind für die Inhalte dieses Workshops und für die gemeinsame Begegnung. Interessierte, AnfängerInnen, Fortgeschrittene und langjährig Praktizierende sind gleichermaßen willkommen.

Zeitablauf

Freitag, 24. Februar:

- ab ca. 15.30 Uhr Anreise und Quartier beziehen, gerne zeitig zum Einstimmen und zur Mithilfe beim Mattenaufbau
- 18.00 - 19.00 Uhr Beginn mit dem gemeinsamen Abendessen
- 19.30 - 21.00 Uhr Aikido-Training
- danach lockerer Tagesausklang in gemeinsamer Runde

Samstag, 25. Februar:



- 7.45 – 8.30 Uhr Frühstück
- 9.15 – 11.45 Uhr Aikido-Training (mit Pause)
- 12.45 – 13.30 Uhr gemeinsames Mittagessen
- 14.30 – 17.00 Uhr Aikido-Training (mit Pause)
- 18.30 – 19.30 Uhr gemeinsames Abendessen
- danach Gespräche und Austausch, formloses Zusammensein

Sonntag, 26. Februar:

- 7.45 – 8.30 Uhr Frühstück, Zimmer räumen
- 9.00 – 12.00 Uhr Aikido-Training (mit Pause), Kyu-Prüfungen
- 12.45 – 13.30 Uhr gemeinsames Mittagessen
- 13.30 – 14.00 Uhr Mattenabbau, Austausch, Abreise

Kursgebühr, Kosten für Unterbringung und Verpflegung

Die Kursgebühr für den gesamten Workshop beträgt € 110,---. In Härtefällen versuchen wir einen angemessenen Nachlass einzuräumen. Den Mitgliedern des Aikido im Oberland e.V., des KenBuKai-Dojo Salzburg und der Wiener Trainingsgruppe räumen wir bei Vollbuchung einen Nachlass von € 10,--/TN ein. Die Belegung von einzelnen Kursabschnitten ist nach Rücksprache möglich, eine vorhergehende Anmeldung ist in jedem Fall notwendig.

Hinzukommen die Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Für die Unterbringung stehen wahlweise 2-Bett- oder Mehrbettzimmer, mit Zimmer- oder mit Etagenduschen, zur Verfügung, Einzelzimmer in begrenzter Anzahl. Unterkunft mit Vollpension je nach Zimmerart ab etwa € 67,--/Tag – siehe Internet www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung.

Anmeldung

Die Platzreservierung erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen bzw. der Zusage von unserer Seite. Anmeldung bis zum 20. Januar 23 per Email an info@aikido-im-oberland.de. Nach erfolgter Zusage von unserer Seite ist innerhalb von 5 Tagen die gesamte Kursgebühr auf das Vereinskonto des *Aikido im Oberland e.V.* zu überweisen - dann erst gilt der Platz als gesichert. Bei Rücktritt vor dem 10. Februar 23 erfolgt die Erstattung der Kursgebühr bei Einbehalt einer Bearbeitungsgebühr von € 30,--, sofern ein/e andere/r Interessent/in nachrückt. Bei späterer Stornierung erfolgt keine Rückerstattung. Bankverbindung: Raiffeisenbank Südöstlicher Starnberger See, IBAN: DE82 700932000000822493, BIC: GENODEF1STH. Nach Erhalt unserer Bestätigung bitte die Zimmer- und Verpflegungsfrage direkt mit dem ZIST-Büro klären (Telefon 08856/9369-0, Email info@zist.de). Bei einer Stornierung der gebuchten Unterkunft und Verpflegung gelten die ZIST-Bedingungen.

An- und Abreise

Anreise auf eigene Kosten, entweder mit Privatfahrzeugen oder mit der Deutschen Bahn. Eine Abholung vom Bahnhof Penzberg kann nach Absprache organisiert werden. Fahrgemeinschaften bieten sich nicht nur aus ökologischen Gründen an. Bei Bedarf bitte bei der Anmeldung mit angeben, wir versuchen zu vermitteln.

Haftungsausschluss, Bildrechte und Datenschutz

Aikido im Oberland e.V. als Veranstalter übernimmt keinerlei Verantwortung und Haftung für Schäden und Verletzungen durch TeilnehmerInnen und TrainerInnen. Die Teilnahme, einschließlich An- und Abreise, erfolgen ausdrücklich auf eigene Verantwortung. Auf ein achtsames Miteinander wird Wert gelegt. Während des Lehrgangs werden Fotos von typischen Trainingssituationen und Gruppenaufnahmen erstellt. Dies für die TeilnehmerInnen selbst und zur Öffentlichkeitsarbeit des Vereins. Alle personenbezogenen Daten werden ausschließlich für die Organisation des Lehrgangs gespeichert, vertraulich behandelt, nicht an Dritte weitergegeben und innerhalb von 3 Monaten nach dem Seminar gelöscht. Die TeilnehmerInnen erklären sich durch die Anmeldung damit ausdrücklich einverstanden.

Ein dynamisches, intensives und freudiges Seminar ist uns sicher – wir freuen uns auf die Begegnung mit euch!

Es grüßen aus dem Oberland

Matthias Schrödl, Dr. Sonja Weißbacher und Helmuth Fischer
als Vorstände *Aikido im Oberland e.V.* (Amtsgericht München VR 71339)