

MOVEMENT PRACTICE

Workshop mit Max Rößner

18. August 2018





“MOVEMENT PRACTICE“-WORKSHOP FÜR ALLE, DIE FREUDE AN BEWEGUNG HABEN

Workshop mit Max Rößner Samstag, 18. August 2018

11.00 – 13.30 Movement Practice, Teil 1
15:00 – 17:30 Movement Practice, Teil 2

In der Mittagspause bestellen wir Essen beim Italiener;
die Vereinshalle verfügt über eine Bar mit Getränken
(Getränke sind im Seminarbeitrag enthalten).

Veranstaltungsort:

TV 1889 Weißkirchen/Ts. e. V.
Oberurseler Straße 16
61440 Oberursel

Was ist „Movement Practice“?

Movement Practice ist relativ neue Disziplin, die auf spielerische Art unsere Bewegungsmöglichkeiten erkundet und erweitert. Sie kann als Ergänzung oder sogar als Grundlage der eigenen Liebessportart geübt werden.

Max Rößner trainiert seit 15 Jahren intensiv Aikido. Zusätzlich beschäftigt er sich mit Capoeira und „Movement Practice“ basierend auf der Lehre von Ido Portal und Joseph Bartz. Aus diesem Zusammenspiel ergeben sich neue Einsichten, Übungen und Bewegungsformen, die das regelmäßige Training sinnvoll erweitern. Max' Ziel für den Workshop ist es, dass die Teilnehmer ihren individuellen Bewegungsradius neu kennen lernen und erweitern.

Bitte mitbringen:

Geübt wird in bequemer Trainingsbekleidung
(z.B. lange Trainingshose & langärmeliges Oberteil).

Bitte auch Wechselkleidung mitbringen.

Kosten:

Gesamter Workshop 50 € (ermäßigt 35 €);
Preis inkl. Getränke

Mindestalter: 14 Jahre

Vorkenntnisse sind **nicht erforderlich!**

Bitte über diesen Link anmelden:

<https://aikido-oberursel.de/max2018>

oder per E-Mail an

seminar@aikido-oberursel.de

