



Deutscher Aikido-Bund e. V.

2011 04 08 BLA - Stundenplan ÜL-Fortbildung V2.doc

Zeit	ÜL-Fortbildung		
	Thema	Ort	Referenten

Freitag, 08.04.2011

16:30 - 17:45	Begrüßung, Erledigung der Anmeldeformalitäten		
18:00 - 18:45	Abendessen	Sportrestaurant	
19:00 - 20:30	Führung Sicherheit durch Führung versus Sicherheit durch Fassen; wie lenke ich um (04_06 BLA)	2 LE Pr.	Mehr- zweckhalle U. Schümann

Samstag, 09.04.2011

06:45 - 07:45	Frühstück	Sportrestaurant	
08:15 - 09:45	Waffentechnik der Samurai und moderne Budosportarten - Geschichtlicher Abriss - Vorstellung der Waffen - Videos	2 LE Th.	Mehr- zweckhalle Dr. Hans- Peter Vietze
09:45 - 10:15	Pause		
10:15 - 11:45	Schwert Suburi-Übungen, Kumi-Tachi-Formen sowie einige Verteidigungsformen mit dem Schwert	2 LE Pr.	Mehr- zweckhalle Dr. Hans- Peter Vietze
12:15 - 13:00	Mittagessen	Sportrestaurant	
14:00 - 15:30	laido - Was ist laido? - Stellung, Position (Kamei) - Kihon (Grundschule) - Tachi uchi no Kurai (Partnerübungen)	2 LE Pr.	Mehr- zweckhalle Thomas Trä- ger
15:30 - 16:00	Pause		
16:00 - 17:30	Kurzzeit- und Langzeitwirkungen von leistungsfördernden Mitteln und Dro- gen – Kurzdarstellung	2 LE Th.	Mehr- zweckhalle Dr. Klaus- Peter Voges
18:00 - 18:45	Abendessen	Sportrestaurant	
19:30 - 21:00	Elemente und Prinzipien des Aikido (02_01 BLA)	2 LE Th.	Mehr- zweckhalle U. Schümann



Deutscher Aikido-Bund e. V.

2011 04 08 BLA - Stundenplan ÜL-Fortbildung V2.doc

Sonntag, 10.04.2011

Zeit	ÜL-Fortbildung			
	Thema		Ort	Referenten
06:45 - 07:45	Frühstück		Sportrestaurant	
08:15 - 09:45	Methoden zur dynamischen Anpassung oder Wiederherstellung der Führung (B 02 05)	2 LE Pr.	Mehrzweckhalle	U. Schümann
09:45 - 10:15	Pause			
10:15 - 11:30	Kata – Gruppendiskussion - Was ist der Ursprung - „Klassisches Aikido“ - Sinn der Übungsform - Was bedeutet in diesem Zusammenhang „Form“ - Gefahren falscher Zielsetzung	2 LE Th.	Mehrzweckhalle	U. Schümann
11:30 - 12:00	Abschlussgespräch		Mehrzweckhalle	
12:15 - 13:00	Mittagessen		Sportrestaurant	
ab 13:00	Abreise			

Unterrichtsmaterial wird gestellt.
Waffen (Stab, Bokken) sind mitzubringen.