

## **Bundeslehrgang des DAB vom 19. – 21. Januar 2024 im SBZ Malente**

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e. V.

**Ausrichter:** Aikido-Verband Schleswig-Holstein e. V.

**Lehrer:** Karl Köppel, 8. Dan Aikido, Bundestrainer und Mitglied der TK des DAB

**Lehrgangsleiter:** Jens-Pieter Genzow, Brügger Chaussee 33, 24582 Wattenbek;  
E-Mail: tl@aikido-sh.de

**Lehrgangsort:** Budo-Zentrum im Sport- und Bildungszentrum (SBZ) des LSV SH,  
Eutiner Straße 45, 23714 Bad Malente-Gremsmühlen;  
www.sport-bildungszentrum-malente.de

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu Aikido mit gültigem Aikido-Pass.  
Gäste anderer Verbände ab 1. Kyu Aikido sind nach Maßgabe freier Plätze herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Schwerpunkt Hanmi-hantachi, Kokyu-nage, Ude-kime-nage; Rest nach Maßgabe des Lehrers (insges. 3 TE-A)

### **Zeit- und Trainingsplan (vorläufig):**

#### ***Freitag, den 19.01.2024:***

bis 17.30 Anreise,  
17.45 – 18.30 Uhr Abendessen,  
19.30 – 20.45 Uhr Training

#### ***Samstag, den 20.01.2024:***

08.00.– 09.00 Uhr Frühstück,  
10.00 – 11.30 Uhr Training,  
12.00 – 13.00 Uhr Mittagessen,  
14.00 – 15.00 Uhr Möglichkeit zum Freitraining,  
15.00 – 16.30 Uhr Training,  
16.30 – 17.00 Uhr Cool-down oder Freitraining,  
17.45 – 18.30 Uhr Abendessen,  
19.30 – 20.45 Uhr Training

#### ***Sonntag, den 21.01.2024:***

08.00 – 09.00 Uhr Frühstück  
10.00 – 11.15 Uhr Training,  
12.00 – 12.45 Uhr Mittagessen  
anschließend Verabschiedung und Abreise

**Lehrgangsgebühr:** Die Lehrgangsgebühr beträgt 15 €.

**Unterkunft:** Im Sport- und Bildungszentrum sind 40 Unterbringungsplätze reserviert.  
Kosten für Unterkunft/Verpflegung (Freitagabend bis Sonntagmittag):  
Erwachsene DZ (mit Du/WC) 110 €, EZ 140 €; Jugendliche DZ 98 €

Die Zimmer sind voraussichtlich am Sonntagmorgen nach dem Training zu räumen. Einzelzimmer stehen nur begrenzt zur Verfügung.

Externe Unterbringung (selbstständig zu buchen): [www.malente-tourismus.de/malente/](http://www.malente-tourismus.de/malente/)

Verpflegung ist im SBZ über die Lehrgangsleitung bei der Anmeldung buchbar.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung (möglichst per E-Mail) über den zuständigen Verein/die zuständige Aikido-Abteilung beim Lehrgangsleiter unter Angabe von Namen, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad und ggf. mit Übernachtung/Verpflegung (normal/vegetarisch) oder nur Teilnahme am Training, Buchung einer Teilnahme an Mahlzeiten ist möglich.

Die Übernachtungsplätze (nur gesamtes „Paket“) im SBZ Malente werden in der Reihenfolge des Eingangs der Kosten beim Lehrgangsleiter vergeben. Die Zuteilung der Zimmer erfolgt bei Lehrgangsbeginn.

Kontoverbindung: AVSH, Technischer Leiter,  
IBAN DE78 2219 1405 0063 6213 32, BIC GENODEF1BBR

**Meldeschluss:** Die Meldung muss bis spätestens **31. Dezember 2023** erfolgt sein.

Wir wünschen allen Teilnehmenden eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik)*

*Roland Nemitz,  
1. Vors. AVSH*

*Jens-Pieter Genzow,  
Lehrgangsleiter*