

# AIKIDO SAMSTAGS-SPEZIAL

## 04.07.2026 10:30 – 12:30

**Mit großer Freude verkünden wir das nächste Samstagstraining!**

士  
曜  
日  
合  
気  
道

Am 04.07.2026 von 10:30 bis 12:30 trainieren wir zusammen, um an Sankyo (三教 frei übersetzt: dritte Lehre) zu arbeiten.

Wie sind die Unterschiede zwischen der klassischen Entwicklung des Sankyo aus Ikkyo und der häufiger im Aikido anzufindenden fließenden Form? Haben wir im Sankyo Uchi und Soto Varianten? Wie werde ich das Zentrum der Technik? Wie unterscheidet sich die Festlegeform von Ikkyo und Nikyo? Kann ich Sankyo aus verschiedenen Angriffen entwickeln? Sollte ich Sankyo werfen oder festlegen? Wann mache ich was? Schon beim Schreiben fällt mir auf, wie vielfältig dieses Konzept von Sankyo ist. Freut euch also auf viele verschiedenen Varianten und Aspekte. Für jeden ist etwas dabei, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener.

**Alle Kensho-Mitglieder jung und alt, Vereinsfremde und Schnuppernde sind herzlich willkommen. Keine Vorkenntnisse nötig.** Das Training ist Kostenlos! Vereinsexterne werden um eine Spende gebeten.

Anmeldung zum besseren Planen bitte an [michael.vortmueller@tutanota.com](mailto:michael.vortmueller@tutanota.com) Spontanes kommen ist trotzdem erwünscht und erlaubt. Danach gibt es Essen im Dojo, bringt gerne etwas für ein kleines Buffet mit. Wir freuen uns auf euch!!!

Goseburgstraße 41, 21339 Lüneburg

Viele Grüße

Fritz