



ZfHB

ZENTRUM FÜR HARMONISCHE BEWEGUNG

ZEN-SHIA TSU · QI GONG · AIKIDO



**Aikido/Schwert und Stock
Sommerlehrgang
in der Uckermark/Krohnhorst**
mit Jochen Knau, 6. Dan Aikido
Bundesverband der Aikido Lehrer e.V.

10.-11.07.2026
und
09.-10.10.2026

LEHRGANGSZEITEN

FREITAG

10.07.2026

09.10.2026

16.30–17.00 Uhr Za Zen
17.00–18.00 Uhr Aikido
18.00–19.00 Uhr Zen Shiatsu

SAMSTAG

11.07.2026

10.10.2026

08.30–9.00 Uhr Za Zen
09.00–9.30 Uhr Ki Konzept
09.30–10.30 Uhr Frühstück und Samu
10.45–11.45 Uhr Schwert/Aikido
11.50–12.50 Uhr Stock/Aikido
17.00–18.00 Uhr Schwert/Aikido
18.00–19.00 Uhr Stock/Aikido

SAMSTAG NACH DEM TRAINING

Essen

Endreinigung

Abreise

19.30–20.00 Uhr

ORT:

Land Dojo Uckermark
Ort Krohnhorst 57
D-17268 Gerswalde
mail@wuwei-martens.de
Frank Martens
Tel: 039886 340062

ANREISE MIT:

Bahn und Fahrrad oder Bahn
mit Abholmöglichkeit
Auto/Fahrgemeinschaften
Weitere Infos:
www.wuwei-martens.de

LEHRGANGSKOSTEN:

Komplett:
Erwachsene 90 €
Jugendliche 65 €

KONTAKT:

Jochen Knau
Tel: 015141938210
E-Mail: jknau@zfhb.de