



Aikido-Verband Schleswig-Holstein e.V.

Mitglied im Deutschen Aikido-Bund e.V.
und im Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.

Ausschreibung Bundeslehrgang vom 23. bis 25. Januar 2026 im SBZ Malente

Veranstalter: Deutscher Aikido-Bund e.V.

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

Lehrer: Ulrich Schümann, 7. Dan Aikido, Mitglied der TK des DAB

Lehrgangsleiter: Christoph Gieritz, 2. Vorsitzender des AVS, E-Mail: 2v@aikido-sh.de

Lehrgangsort: Budo-Zentrum im Sport- und Bildungszentrum (SBZ) des LSV SH, Eutiner Straße 45, 23714 Bad Malente-Gremsmühlen (siehe: 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: (4 TE A kompletter Lehrgang)¹ Techniken aus dem Kyu -und Dan-Prüfungsprogramm unter besonderer Berücksichtigung der Aspekte: Annahme und Umlenkung von Schlagangriffen, sofortige Umlenkungen unter Nutzung der Angriffsenergie, „gefaltete“ Tegatana-Haltungen, Verkürzung von Sabaki, Techniken mit/gegen Stab.

Zeit- und Trainingsplan (vorläufig):

Freitag, den 23.01.2026

bis 17.30 Anreise

17.45 bis 18.30 Uhr Abendessen

19.15 bis 20.45 Training (90 min.)

Samstag, den 24.01.2026

08.00 bis 09.00 Uhr Frühstück

09.15 bis 11.30 Uhr Training (135 min.)

12.00 bis 13.00 Uhr Mittagessen

14.45 bis 17.00 Uhr Training (135 min.)

17.45 bis 18.30 Uhr Abendessen,

19.15 bis 20.45 Uhr Training (90 min.)

Sonntag, den 25.01.2026

08.00 bis 09.00 Frühstück

09.30 bis 11.00 Uhr Training (90 min.),

12:00 bis 12:45 Uhr Mittagessen

anschließend Verabschiedung und Abreise

Lehrgangsgebühr: Die Lehrgangsgebühr beträgt 15 € Samstag / 30,-- € gesamter Lehrgang.

Leistungen: Die Kosten für die Organisation trägt der AVSH. Die Kosten für Reise und Unterkunft sowie Verpflegung sind von den Teilnehmern selbst zu tragen.

Unterkunft: Im Sport- und Bildungszentrum sind 25 Unterbringungsplätze reserviert. Der Aufenthaltspreis im SBZ gilt für Übernachtung und Vollverpflegung (Doppelzimmer mit Dusche/WC; Freitagabend bis Sonntagmittag).

Die Zimmer sind voraussichtlich am Sonntagmorgen vor dem Training zu räumen.
Einzelzimmer stehen nicht 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.

Lehrgangskosten für Unterkunft / Verpflegung (Freitagabend bis Sonntagmittag):
Mehrbettzimmer / DZ: 125,-- €

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung per E-Mail über den zuständigen Verein / die zuständige Aikido-Abteilung beim Lehrgangsleiter (E-Mail siehe oben) unter Angabe von Namen, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad und ggf. mit Übernachtung/Verpflegung (normal/vegetarisch).

Buchungen nur Teilnahme am Training und/oder einer Teilnahme an Mahlzeiten ist möglich.

Die Übernachtungsplätze (nur gesamtes „Paket“) im SBZ Malente werden in der Reihenfolge des Eingangs der Kosten (Lehrgangsgebühr und Lehrgangskosten) beim Lehrgangsleiter vergeben.

Die Zuteilung der Zimmer erfolgt bei Lehrgangsbeginn.

Überweisung von Lehrgangsgebühr (15 € Tag / 30 € gesamter Lehrgang) und Lehrgangskosten:

Kontoverbindung: Aikido-Verband Schleswig-Holstein e.V.,
IBAN DE78 2219 1405 0063 6213 32, BIC GENODEF1BBR

Überweisungsbetrag für Unterkunft und Verpflegung / LG-Gebühr = 155,- € bei Teilnahme Freitagabend bis Sonntagmittag.

Meldeschluss: Die Meldung muss über den Mitgliedsverein bis spätestens 10.01.2026 erfolgt sein.

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

Dr. Barbara Oettinger	Thomas Walter	Roland Nemitz	Christoph Gieritz
Präsidentin	VP (Technik)	1. Vors. AVSH	Lehrgangsleiter
