



Aikijitsu

Der VAK e.V. bietet eine Seminarreihe für Aikidoka Jiu-Jitsu-Ka und Aiki-Jitsu-Ka u.Ä. aller Stilrichtungen an.

Interessierte anderer Kampfkünste sind ebenfalls herzlich willkommen.

Das Seminar vermittelt zwar Grundlagen des Otsuki- und Daito-Ryu, jeder Aikidoka, Judoka, Jiu-Jitsu-Ka oder auch Karate-Ka wird sich in manchen Techniken wiederfinden.

9. & (fakultativ) 10. Mai 2026

Am Samstag gemütliches Beisammensein im Anschluss.

Mit Thomas Moser, Kyoshi

Ort:

Dojo Budokan Saal e.V.
Ringstr. 5a
93356 Teugn

Kosten: 25€ (beide Tage)//20€ 1 Tag
(Bitte in bar vor Ort)

Möglichkeit der Einstufungsprüfung zum 5./4.Kyu durch Trainingsprüfung.
Bei Zusatzqualifizierung zusätzl. 20€ Prüfungsgebühr.

Die Teilnahme an beiden Tagen ist hilfreich, da es für die einen Intensivierung ist, für die anderen eine gute Vorbereitung auf die nächste Qualifizierung.

Anmeldungen unter moserthomas@email.de

Aikijitsu

Samstag, 9. Mai 2026

10:00 Uhr Begrüßung und Einführung

Wiederholung/Festigung der Techniken
zum 5. Kyu

Ikkaajo: Kuruma-Daoshi (O-Soto-Gari), Gyakudedori (Ikkyo), Shiho-Nage, Karaminage (Juji-Nage), Ura-Otoshi (Gyaku-Hiji-Nage), Obi-Otoshi, Kiri-Kaeshi, Kote-Gaeshi (Gyaku), Hiji-Gaeshi, Shime-Gaeshi (O-Goshi), Kata-Otoshi

Techniken zum 4. Kyu

Nikkaajo: Ähnlichkeiten mit Sankyo, Irimi-Nage, O-Soto-Gari, Kote-Gaeshi, Kubishime, Nikkajo-Gatame, Ashi-Kansetsu, Tsubame-Gaeshi, Tate-Shiho-Gatame, Sokumen-Irimi-Nage, Kubi-Nage, Kanuki-Gatame

Ende: 17:00 Uhr

Einstufung zum 5. Kyu (Gelbgurt) für Neueinsteiger

Einstufung zum 4. Kyu (Orangegurt) für bereits Vorgraduierte



Sonntag, 10. Mai 2026

**10:00 Uhr Beginn mit einfachen
Techniken**

**Selbstverteidigung mit diesen Techniken
& Querbezüge zu anderen Kampfkünsten**

Ende: 13:00 Uhr

