



## Jugend Deutscher Aikido-Bund

### Einladung zum Bundesjugendlehrgang vom 01. bis 03. November 2019 in Stuttgart

---

- Veranstalter:** Jugend Deutscher Aikido-Bund
- Lehrer:** Karl Köppel 8. Dan
- Lehrgangsort:** Sporthalle des TSG-Stuttgart e.V., Georgiiweg 11, 70597 Stuttgart
- Lehrgangisleiterin:** Fiona Lüdecke, Mitglied der Jugend Deutscher Aikido-Bund  
E-Mail: jugend@aikido-bund.de
- Teilnahmeberechtigt:** Alle jugendlichen Aikidoka zwischen 14 und 26 Jahren mit gültigem Aikido-Pass
- Kosten:** Die Jugend des DAB unterstützt den Lehrgang.
- Teilnahmebeitrag:** 20,- € (im Vorfeld zu überweisen)  
Bankverbindung wird mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt.  
Verwendungszweck: BJL 2019 + Vorname, Nachname, Verein
- Lehrstoff/Thema:** „**Selbstsicher und Selbstbehauptung mit wenig Kräfteinsatz**“
- Mitbringen:** Wenn vorhanden, Stab, Schwert und Messer
- Zeitplan:**
- |                                    |                   |  |
|------------------------------------|-------------------|--|
| <b>Freitag, 01. November 2019:</b> | 17:30 Uhr         | Anreise                                    |
|                                    | 18:00 Uhr         | Abendessen                                 |
|                                    | 19:00 - 20:30 Uhr | 1. Aikido-Training                         |
|                                    | ab 20:30 Uhr      | Reflexion des Themas                       |
| <b>Samstag, 02. November 2019:</b> | 9:00 Uhr          | Frühstück                                  |
|                                    | 10:00 - 11:30 Uhr | 2. Aikido-Training                         |
|                                    | 12:00 Uhr         | Mittagessen                                |
|                                    | 14:00 - 15:30 Uhr | 3. Aikido-Training                         |
|                                    | 15:30 - 16:00 Uhr | kurze Pause                                |
|                                    | 16:00 - 17:30 Uhr | 4. Aikido-Training                         |
|                                    | 18:00 Uhr         | Abendessen                                 |
|                                    | ab 19:00 Uhr      | Impro-Theater - Selbstsicherheit im Alltag |
| <b>Sonntag, 03. November 2019:</b> | 9:00 Uhr          | Frühstück                                  |
|                                    | 10:00 - 11:30 Uhr | 5. Aikido-Training                         |
|                                    | 11:30 - 12:30 Uhr | Mattenabbau und Verabschiedung             |
|                                    | gegen 13:00 Uhr   | Abreise                                    |
- Meldungen** Die Anmeldungen müssen schriftlich über den zuständigen Verein bzw. die Abteilung bei der Lehrgangisleiterin erfolgen bei zeitgleicher Überweisung der Teilnahmegebühren bis **spätestens 30.09.2019**.
- Bemerkung** Die Vereine werden gebeten, pro ca. 10 angemeldete minderjährige Jugendliche je eine Betreuungsperson zu stellen. Bitte sorgt bereits bei der Anmeldung für die Betreuung während des Lehrganges und sprecht euch gegebenenfalls ab. Bitte Schlafsäcke, Decken, Isomatten o. ä. zur Übernachtung in der Halle mitbringen, ebenso übliche Übernachtungsutensilien.

Wir hoffen auf rege Teilnahme und wünschen eine gute Anreise und viel Spaß auf dem Lehrgang.

Fiona Lüdecke  
Bundesreferentin Jugend DAB

---