

Einladung zum Aikido-Skilanglauf-Lehrgang vom 1. – 8. Februar 2025 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald

Veranstalter und Ausrichter: Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

Lehrer: Frank Mercsak, 6. Dan Aikido, (für das Aikido-Training)
Sabine Walter, 2. Dan Aikido, (für das Skilanglauf-Training)

Lehrgangsleiterin: Sabine Walter; Maxtorgraben 29; 90409 Nürnberg;
Tel.: 0911 / 6508961; Mobil: 0151 / 55618895;
E-Mail: sabine.walter.nbg@gmx.de

Lehrgangsort: Sportschule des Trägervereins Olympiastützpunkt Freiburg-Schwarzwald e. V. (Leistungszentrum Herzogenhorn) in 79868 Feldberg; Tel. 07676 / 222, Fax 07676 / 255; herrliche Lage, 250 qm Mattenfläche, Nebenanlagen (herzogenhorn.info)

Teilnahmeberechtigt: alle Aikidoka des DAB ab 5. Kyu mit gültigem Aikido-Pass

Lehrstoff: Das tägliche Training umfasst je 90 Minuten im Aikido und im Skilanglauf. Beim Skilanglauf wird in zwei Technikgruppen (klassisch und Skating) trainiert. Für das Aikidotraining bitte die üblichen Waffen mitbringen. Die Ski-Ausrüstung ist ebenfalls mitzubringen. Die übrige Zeit steht zur freien Verfügung der Lehrgangsteilnehmer/innen.

Zeitplan:

Samstag, den 01.02.2025: Anreise bis 16 Uhr. Treffpunkt am Parkplatz bei der Bergwacht/Polizei in Feldberg (Ortsausgang von Ortsmitte Richtung Todtnau). Von dort erfolgt der Gepäcktransport mit der Schneekatze. Nach Ankunft im LZ Herzogenhorn erfolgt die Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten. Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

Samstag, den 08.02.2025: Abreise nach dem Frühstück mit Lunchpaket.

Kosten: Die Kosten für Unterbringung sowie reichhaltige Verpflegung (7 Tage Vollpension) etc. betragen:

Zimmer DU/WC: 664,- Euro

Nach Vorliegen der Teilnahmebestätigung sind die Unterbringungskosten bis spätestens **15. Dezember 2024** auf das Konto Sabine Walter; IBAN: DE70 2069 0500 0002 0210 56 bei der Sparda-Bank Hamburg eG einzuzahlen.

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher und verbindlicher Anmeldung über den zuständigen Verein bzw. die Abteilung an die Lehrgangsleiterin möglich. Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!

Mit der Anmeldung sind unbedingt folgende Angaben zu machen: Name, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad, Zimmerwunsch (2-Bett- oder 3-Bett-Zimmer), ggf. vegetarisches Essen, Mobil-Nr. (wichtig für Koordination bei der Anreise bei kurzfristigen Änderungen bzgl. Ge-

päcktransport). Die Zuteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (gewünschte) Zimmerkategorie.

Meldeschluss: Die Anmeldungen werden bis spätestens **17. November 2024** erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung. Die Zahl der Plätze ist begrenzt.

Bei Verhinderung ist eine rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmende zugelassen und es besteht nach Rücksprache mit der Lehrgangsleiterin die Möglichkeit, Partner/Freunde mitzubringen, die nicht am Aikido-Training teilnehmen.

Weitergehende hilfreiche Informationen zu diesem Lehrgang, insbesondere für Teilnehmende, welche noch nie im Winter auf dem Herzogshorn waren, werden nach erfolgter Anmeldung gerne per E-Mail versandt.

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Sabine Walter,
Lehrgangsleiterin*
