

BAJUTSU YOSEIKAN

FÜR ALLE / PER TUTTI YOSEIKAN BUDOKA

mit / con

Siegfried Reif - Brigitte Morandell - Oskar Baumgartner

04. - 05. Dez 2021

(Kaltern 7 Caldaro - Bajutsu-Zentrum)

10:00 - 12:30

Session 1 - für alle Yoseikan Budoka: U 21 & Senior (getrennt nach Level)

SA 04.12. - 10:00-12:30

Aufwärm-Übungen – Atmung, Bogenschießen , Zugang zum Pferd, Bodenarbeit, Übungen zum "gelösten Reiten", Grundlagen des Bajutsu, Umgang mit Pfeil und Bogen und Tchobo auf dem Pferd, Kata: Tanbo Happo - Ko Bo Happo - Tanbo Kihon Kumite

Session 2 - für alle Yoseikan Budoka: U14 - U16 - U18 (getrennt nach Level)

SO 05.12. - 10:00-12:30

Aufwärm-Übungen – Atmung, Bogenschießen, Übungen mit dem Tchobo, Zugang zum Pferd, Bodenarbeit, Reiten

Am Stage können alle Athleten teilnehmen

Weitere Informationen und Online-Anmeldungen: www.yoseikan-suedtirol.it

Unkostenbeitrag für die Teilnahme:

1 Session = 50€

2 Sessionen (2 ½ Tage = 70€ (im Voraus)

Zahlungsmodalität: Banküberweisung

IBAN: IT46 Y058 5658 2400 1057 0005 800

Sessione 1 - per tutti gli Yoseikan Budoka: U 21 e Senior (separati per livello)

SA 04.12. - 10:00-12:30

esercizi di riscaldamento – respirazione, Tiro con l'arco, accesso al cavallo, lavoro a terra con il cavallo, esercizi per "cavalcare rilassato", le basi del Bajut, trattare con arco e frecce e Tchobo a cavallo, Kata: Tanbo Happo - Ko Bo Happo - Tanbo Kihon Kumite

Sessione 2 - per tutti gli Yoseikan Budoka: U14 - U16 - U18 (separati per livello)

DO 05.12. - 10:00-12:30

esercizi di riscaldamento – respirazione, tiro con l'arco, esercizi con il Tchobo, accesso al cavallo, lavoro a terra con il cavallo, Equitazione

La partecipazione è aperta a tutti gli atleti

Ulteriori informazioni e iscrizioni online: www.yoseikan-suedtirol.it

Contributo alle spese di partecipazione:

1 sessione = 50 €

2 sessioni 2 volte ½ giornata = 70€

Modalità di pagamento: Bonifico bancario

IBAN: IT46 Y058 5658 2400 1057 0005 800