

Kinomichi-Lehrgang in Bremen mit **Annegret Mess** aus Berlin *vom 21. bis 23. März 2025*

Über Annegret Meß (4. DAN Kinomichi):

- Staatlich geprüfte **Heilpraktikerin**
 - Abgeschlossene Ausbildung in der **Pohltherapie®**
 - Zertifizierte Ausbildung in der **Feldenkraismethode**
- **Lizenzierte Kinomichilehrerin** in Berlin-Steglitz

Anne begann 1981 mit dem Aikido und wählte 1982 Meister Masamichi Noro als ihren Lehrer, der gerade aus dem Aikido heraus das Kinomichi entwickelte.

Meister Noro entwickelte eine Synthese aus der Erfahrung mit europäischer Körperarbeit und den Aikidotechniken. Diesen Aspekt hat Anne in den nächsten Jahren zu ihrem Schwerpunkt im Unterricht gemacht. Konzepte der Biomechanik und des bewussten Umgangs mit dem Körper liegen dem Kinomichi zugrunde.

Im Unterricht der Kinomichiformen werden wir auch viele Hinweise zur Selbstmassage und zur dekomprimierten Aufrichtung bekommen, sodass wir selbsttätig damit weiter arbeiten können.



Lehrgangsdaten mit Orten

- Freitag, 21.3., 17 - 19:30 h
*im Dojo des Aikido-Zen e.V.
in der Grundstraße 10*
- Samstag, 22.3., 14 - 19:30 h
- Sonntag, 23.3., 11 -15:30 h
*beide Tage in unserem Dojo
in der Weberstraße 61*

Kursgebühr:

8 €/Std., ermäßigt 5 €/Std.

Stundenweise Teilnahme möglich,
Anfänger sind zu den jeweils ersten
beiden Stunden willkommen,
Ermäßigung bei niedrigen Einkommen
möglich.

Anmeldung

und Vermittlung von Schlafplätzen:
Rüdiger Worms +49 1575 2257590
oder
Gaby Büscher +49 421 3466736