

AIKIDO LUZERN



Ukemi Seminar mit Cornelius Jaeger-Herzog, 5. Dan

**Samstag, 19.9.2026
10:00 - 12:00 Uhr**

Kostenbeitrag: CHF 25,-

Wir erforschen Wege, sich auf dem Boden zu bewegen; Rollen, Fallen, Inversionen.

Dabei versuchen wir, allen Teilnehmenden zu entsprechen:

Von sanft bis schnell, von achtsam bis herausfordernd, niemand muss, alle dürfen.



AIKIDO LUZERN

Werkhofstrasse 18 | 6002 Luzern
info@aikido-luzern.ch | www.aikido-luzern.ch