

AIKIDO SUMMER RETREAT

The Ikeda code 2

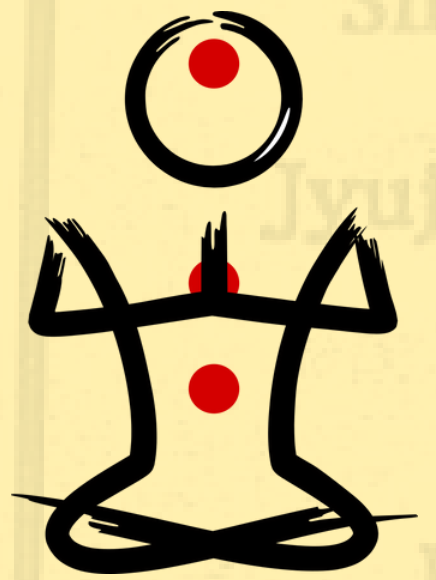
SAVE THE DATE

AUGUST
14-17
2025

DOJO BIEL/BIENNE
ERIC GRAF, 6 DAN
ANDREAS RAUDIES, 6. DAN
CARLOS LOPEZ, 5. DAN
CHADI SAWAYA, 4. DAN

INTENSIVE TRAINING,
THEORY STUDY,
IKEDA SYSTEM

AIKIDO
HOJO
JAPANESE YOGA



from 14.08 10:00
to 17.08 14:00

Price

290 CHF
3 lunches &
teaching material
included

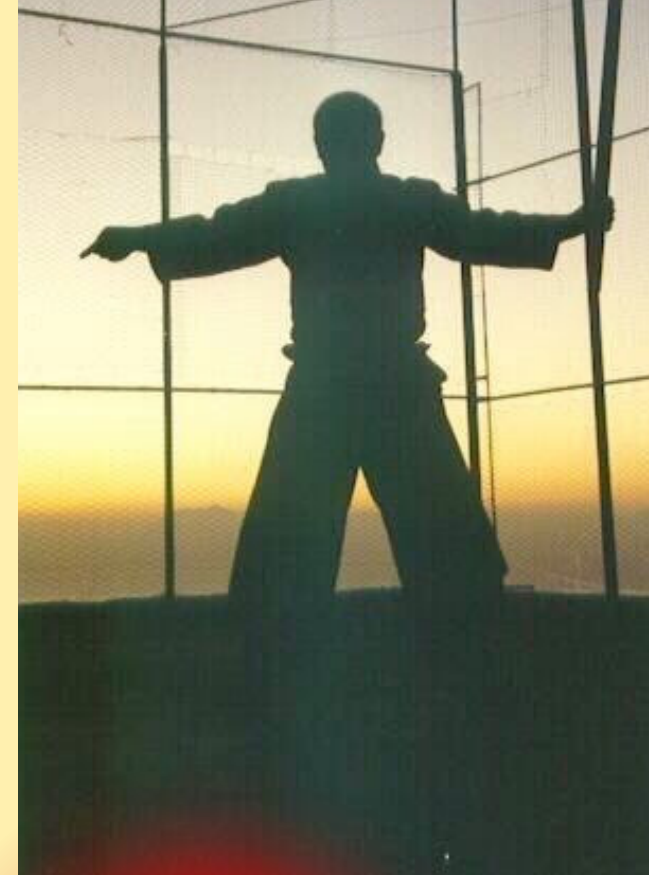
Registration
dojo-biel.ch





AIKIDO

SOMMER RÜCKZUG | RETRAITE D'ÉTÉ











The Ikeda Code 2

INTENSIVES TRAINING, THEORIE STUDIE, IKEDA SYSTEMATIK
ENTRAINEMENT INTENSIF, THEORIE, SYSTEMATIQUE IKEDA













Biel/Bienne, Eric Graf 6 Dan & Co

PROGRAMM | PROGRAMME














DONNERSTAG | JEUDI
14.08

-  10:00-11:15 Aikido 1 alle|tous
-   11:30-12:15 Aikiken 1 Gruppen|Groupes A & B
-  12:30 Mittagessen | Repas de midi
-   15:00-16:20 Aikiken 2 Gruppen|Groupes A & B
-  16:40-17:40 Aikido 2 alle|tous
-  17:40-18:00 Jap. Yoga Relax & Stretch alle|tous



FREITAG | VENDREDI
15.08

-  08:00-09:00 Hojo 1 alle am See|tous au bord du lac
-  09:30 Kaffee/Tee Snacks|Thés, cafés snacks
-  10:00-11:00 Aikido 3 alle|tous
-   11:15-12:15 Aikiken 3 Gruppen|Groupes A & B
-  12:30 Mittagessen | Repas de midi
-  14:00-14:45 Workshop 1
-   15:00-16:20 Aikijo 1 Gruppen|Groupes C & D
-   16:40-17:40 Aikido 4 Gruppen|Groupes Yundansha & Kyus
-  17:40-18:00 Jap. Yoga Relax & Stretch alle|tous

SAMSTAG | SAMEDI
16.08

-  08:00-09:00 Hojo 2 alle am See|tous au bord du lac
-  09:30 Kaffee/Tee Snacks|Thés, cafés snacks
-  10:00-11:00 Aikido 5 alle|tous
-   11:15-12:15 Aikijo 2 Gruppen|Groupes C & D
-  12:30 Mittagessen | Repas de midi
-  14:00-14:45 Workshop 2
-   15:00-16:20 Aikijo 3 Gruppen|Groupes A & B
-  16:40-17:40 Aikido 6 alle|tous
-  17:40-18:00 Jap. Yoga Relax & Stretch alle|tous
-   19:00 Fest am See | Fête au bord du lac

SONNTAG | DIMANCHE
17.08

-  10:00-11:15 Aikido 7 alle|tous
-  11:30-12:30 Aikido 8 alle|tous

 = Dojo
 = am See wenn möglich | bord du lac si possible
 = Draussen wenn möglich | A l'extérieur si possible

 Preise | Tarifs

Komplettes Stage, Kaffee, Tee, Snacks, 3 Mittagessen inklusive - 290 CHF (ohne Mittagessen - 245 CHF)
Stage complet, cafés, thés, snacks, 3 repas de midi inclus - 290 CHF (sans repas - 245 CHF)
Do|JE 80 CHF (65), FR|VE 90 CHF (75), SA|SA 90 CHF (75), SO|DI 50 CHF

ANMELDUNG | INSCRIPTION

-> 09.08.2025

dojo-biel.ch | dojo-bienne.ch

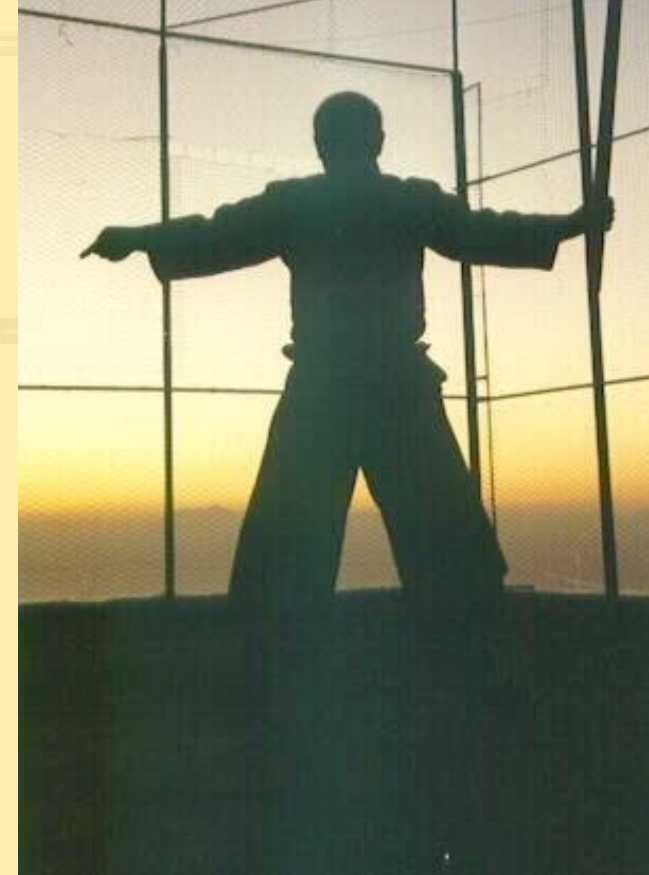
Max 30 Pers.





AIKIDO

SOMMER RÜCKZUG | RETRAITE D'ÉTÉ



The Ikeda Code

PROGRAMM | PROGRAMME

Le stage fait un tout et nous vous recommandons de suivre tous les cours. 😊 L'intensité sera adaptée à vos forces. L'enseignement est dispensé par plusieurs enseignants et coordonné par Eric. A certains moments des groupes seront formés et s'entraîneront en parallèle avec différents enseignants.

Aucune connaissance préalable en Hojo ou en Yoga japonais - Genkikai n'est requise, mais si vous en avez c'est d'autant mieux.

Les Workshops auront a priori lieu au Dojo, prenez de quoi prendre des notes avec vous, vous pourrez être en tenue détendue.

Le but n°1 est de vous transmettre du savoir et la flamme pour l'Aïkido de M°Ikeda et sa construction.

Das Seminar ist ein Ganzes und wir empfehlen Ihnen, alle Kurse zu besuchen. 😊 Die Intensität wird an Ihre Kräfte angepasst. Der Unterricht wird von mehreren Lehrern geleitet und von Eric koordiniert. Zu bestimmten Zeiten werden Gruppen gebildet, die parallel mit verschiedenen Lehrern trainieren.

Es sind keine Vorkenntnisse in Hojo oder japanischem Yoga - Genkikai erforderlich, aber wenn Sie welche haben, ist es umso besser.

Die Workshops werden voraussichtlich im Dojo stattfinden, bringen Sie etwas zum Notieren mit, Sie können in lockerer Kleidung erscheinen.

Ziel Nr. 1 ist es, Ihnen Wissen und das Feuer für M°Ikedas Aikido und dessen Aufbau zu vermitteln.



Inscription | Anmeldung

dojo-biel.ch