

# TENSHINKAN AIKIDO DOJO



Vi har gleden av å invitere deg  
til Aikido-seminar

Feb. 11<sup>TH</sup> – 12<sup>TH</sup> 2012

Y. Hashimoto (4. Dan)



**Hashimoto sensei** er en av Inaba sensei's mest erfarne elever, har 4. dan i Aikido og i tillegg høy kompetanse i Kashima no tachi. Seminaret er åpent for alle, og vil være en mulighet for innsikt og inspirasjon fra en meget presis og ukomplisert Aikido, med stor vekt på mental og kroppslig utvikling. Vårt forhold til Inaba sensei og Shiseikan ble initiert av Bjørn Eirik Olsen. Mer bakgrunn om dette finnes på [kashima.no](http://kashima.no). For et par år siden ble det dannet en ny organisasjon, International Shiseikan Budo Association (ISBA) for å fremme utveksling og samarbeid mellom vestlige dojo'er og Shiseikan. Reimeikan og Tenshinkan er "founding members"

i ISBA, og det er også mulig for andre norske dojo'er å søke medlemskap. I regi av ISBA arrangeres det internasjonale instruktørseminarer ved Shiseikan samt sommerleire og andre mindre seminarer i Europa. Dette seminaret arrangeres i forbindelse med at Hashimoto san er på et lengre besøk hos Paul Smith ved Tetsushinkan i London.

**Instruction will be in English.**

**Program:** Hovedfokuset blir på Aikido, men siste trening søndag er satt av til kashima.

<b>Lørdag:</b>	10.00-11.50	<b>Søndag:</b>	11.00-13.00
	12.00-13.00		15.00-17.00 (kenjutsu)
	15.00-17.00		

**Minstealder:** 16 år.

**Pris:** 600,- for alle Aikidotreningene, eller 200,- per trening. (100,- for kashimatreningen). Betales kontant **før** treningen. Halv pris for lagt-reisende.

**Sosialt:** Noe sosialt lørdag kveld, antagelig ut å spise et sted i nærheten.

**Tilreisende:** Kan sove i dojo'en, ta med sovepose og putetrekk.

**Adresse:** Tenshinkan Aikidoklubb, Bentsebrugata 13 H, inngang i den borteste porten.

**Trikk:** 11, 12 and 13.

**Buss:** 20, 37, 54, 56, 34, 21, 30.

**Fra Ring 3:** T-bane eller buss nr. 23 til Storo/Sinsen, så trikk/buss/føtter.

**Fra Gardermoen:** Flybussekspressen Sinsen-Majorstua til Vogtsgate + 7 min gange, eller: Flytoget til sentralstasjonen, og så buss eller trikk.

**Hjemmeside:** <http://tenshinkan.aikido.no>

**No registration necessary, you are all welcome!**