

**Erste Hilfe / Kuatsu****ACSA Weiterbildung:  
Erste Hilfe und KUATSU für Aikidokas  
Samstag, 23. November 2024**

Ort im Dojo Aikido Mittelland, Hauptstrasse 9, 5024 Küttigen

**Zeitplan**

10.00 – 12.00 h	<b>Allgemeine erste Hilfe</b> Und das richtige Vorgehen bei einem Zwischenfall <b>Erste-Kuatsu-Methoden</b> Einführung in die Kuatsu Methoden
12.00 – 14.00 h	<b>Pause</b> <b>Mittagessen</b> Empfehlungen vor Ort, alternativ eigener Lunch mitnehmen
14.00 – 16.00 h	<b>Weitere-Kuatsu-Methoden</b> Weitere Kuatsu Techniken <b>Aktive Anwendung</b> (Übungsform)

mit

**Lea Nosedá, Kuatsuinstruktorin SJV**

**Registrierung:** Anmeldung erforderlich bis spätestens 16. November 2024  
(Die eingehenden Anmeldungen via Shop werden in der Reihenfolge ihres Eingangs bis zur maximalen Teilnehmerzahl berücksichtigt).

**Kursgebühr:** CHF 40.- via ACSA Shop > aikikai.bexiocommerce.ch

**Material:** Die Teilnehmenden bringen ihr Schreibzeug mit  
Do-Gi mitbringen für den Nachmittag

**Bemerkungen:** Es sind beide Kursteile zu besuchen  
Die Teilnehmerzahl ist auf 30 beschränkt  
Das Dojo ist ab 9:15 Uhr geöffnet

**Organisation** ACSA, 8307 Effretikon, Tel: +41 79 414 83 47, secretary@aikikai.ch