



# KENDO KAI HIGASHI

KENDO – JODO – IAIDO – TAMESHIGIRI – KATORI SHINTO RYU

平  
常  
心  
剣道会東

## BEGINNERSCURSUS KENDO

Deze introductiecursus bestaat uit 10 lessen en is een ideale instap voor beginners of voor budoka die zich reeds in een andere tak van Japans zwaardvechten hebben verdiept.

Tijdens de cursus leer je de basisbeginselen van het traditionele Japans schermen met bamboezwaard.

Diverse onderdelen zoals:

- Kamae (Basishoudingen)
- Ashi-sabaki (Voetenwerk)
- Slagtechniek

De kosten voor de cursus zijn € 45,- p.p. Hierbij wordt een shinai (een Japans bamboezwaard) beschikbaar gesteld tijdens de cursus.

De trainingen worden wekelijks gegeven op dinsdagavond van 20.00 - 21.30 uur en op zaterdagmorgen van 10.00 - 11.30 uur in de gymzaal (ingang Kluizeweg) [van De Klapproos \(voorheen: de Toonladder\)](#), Kluizeweg 189 te Arnhem.

Aanmelden kan met behulp van het [inschrijfformulier beginnerscursus](#). Vul het formulier in en druk het af. Zet op het afgedrukte formulier je handtekening(en) en scan het ondertekende formulier. In plaats van scannen kan je ook een foto maken van het volledige, ondertekende formulier. Stuur het gescande formulier of de foto hiervan naar de secretaris via [secretaris@kendokai-higashi.nl](mailto:secretaris@kendokai-higashi.nl) en overhandig het formulier bij de eerste les aan de dojoleider.

Voor meer informatie, neem contact met ons op via het [contactformulier](#).