

Anreise/ Klappholtal auf Sylt

Mit dem Auto bis zur [Zugverladung](#) Niebüll. Der letzte Zug (für die Verladung) geht um 22.10 Uhr. Die Verladung kostet ca. 96,- €. Einen schönen schönen Transfer zur Insel bietet auch die [Fähre von Römö](#) (Dänemark). Die Anfahrt ist 40 km länger und die Kosten sind geringfügig günstiger. Alle Informationen finden sich im Internet. Man kann aber auch das Auto in Niebüll parken und **mit dem Zug** übersetzten und vom Hbf Westerland mit der Bus-Linie 1 Richtung List bis Haltestelle „Vogelkoje“ fahren. Mitfahrgelegenheit ab Mönchengladbach über Düsseldorf, Mülheim, Essen möglich. Weitere Mitfahrmöglichkeiten ergeben sich oft aus der Herkunft und Reiseform der Teilnehmer.

Kurs 91 + Kurs 92

Tag	Zeit	Was?	Ort	Schwerpunkt
Am Anreisetag	18.00 Uhr	Begrüßung der Teilnehmer	Trainingsraum	
	18.30 - 19.30 Uhr	Abendessen	(wird noch bekannt gegeben)	
Sonntag u. Montag	8.00 - 9.00 Uhr	Aikido Training	Strand	Stock Kata 1 - 3
	9.00 - 10.00 Uhr	Frühstück	Uthlandhaus	
	10.30 - 12.30 Uhr	Aikido Training	Trainingsraum	Grundtechniken 1- 6. Form
	13.00 Uhr	Mittagessen	Uthlandhaus	
	18.30 - 19.30 Uhr	Abendessen	Uthlandhaus	
Dienstag	8.00 - 9.00 Uhr	Aikido Training	Strand	Stock Kata 4 - 6
	9.00 - 10.00 Uhr	Frühstück	Uthlandhaus	
	10.30 - 12.30 Uhr	Aikido Training	Trainingsraum	Grundtechniken 8 + 15. Form
	13.00 Uhr	Mittagessen	Uthlandhaus	
	-----	-----	-----	
	18.00 Uhr	Begrüßung der Teilnehmer	Trainingsraum	
	18.30 - 19.30 Uhr	Abendessen	Uthlandhaus	
Kursbeginn K 92	20.00 - 21.00 Uhr	Philosophisches Gespräch	Trainingsraum	
Donnerstag	8.00 - 9.00 Uhr	Aikido Training	Strand	25er- Kata Stock
	9.00 - 10.00 Uhr	Frühstück	Uthlandhaus	
	10.30 - 12.30 Uhr	Aikido Training	Trainingsraum	verschiedene Kotegaeshi
	13.00 Uhr	Mittagessen		aus 2. + 3 + 6 Form
	15.00 - 17.00 Uhr	Aikido Training		
	18.00 - 19.30 Uhr	Abendessen		
	20.00 - 21.00 Uhr	Philosophisches Gespräch	Trainingsraum	

Freitag	8.00 - 9.00	Uhr	Aikido Training	Strand	25er-Kata Schwert	
	9.00 - 10.00	Uhr	Frühstück	Uthlandhaus		
	10.30 - 12.30	Uhr	Aikido Training	Trainingsraum		Gokyo, Tantodori
	13.00	Uhr	Mittagessen			
	15.00 - 17.00	Uhr	Aikido Training	Trainingsraum		Koshinage
	17.00 - 18.00	Uhr	Mattenabbau			
	18.00 - 19.30	Uhr	Abendessen			
	20.00 - 21.00	Uhr	Philosophisches Gespräch	Trainingsraum		
Samstag	8.30 - 9.30	Uhr	Frühstück / Zimmer räumen	Uthlandhaus	Schwert Kata 1 - 3	
	10.30 - 12.30	Uhr	Aikido Training	Strand (o. Trainingsraum)		
	13.00	Uhr	Mittagessen	Uthlandhaus		
			Abreise			

Erstmalig endet der Kurs am Samstag. So hat man den Sonntag Zeit zuhause anzukommen und Samstag morgen keine Hast. Gute Erfahrung habe ich damit gemacht erst Samstag spät die Insel zu verlassen. Man fährt dann zwar bis in die Morgenstunden (nach Mönchengladbach ca. bis 3.30 Uhr morgens) aber kommt gut durch. Bei Teilnehmern, die mit dem Zug anreisen sind freilich die Anschlussmöglichkeiten zuhause zum Zeitpunkt der möglichen Ankunft im Blick zu halten.