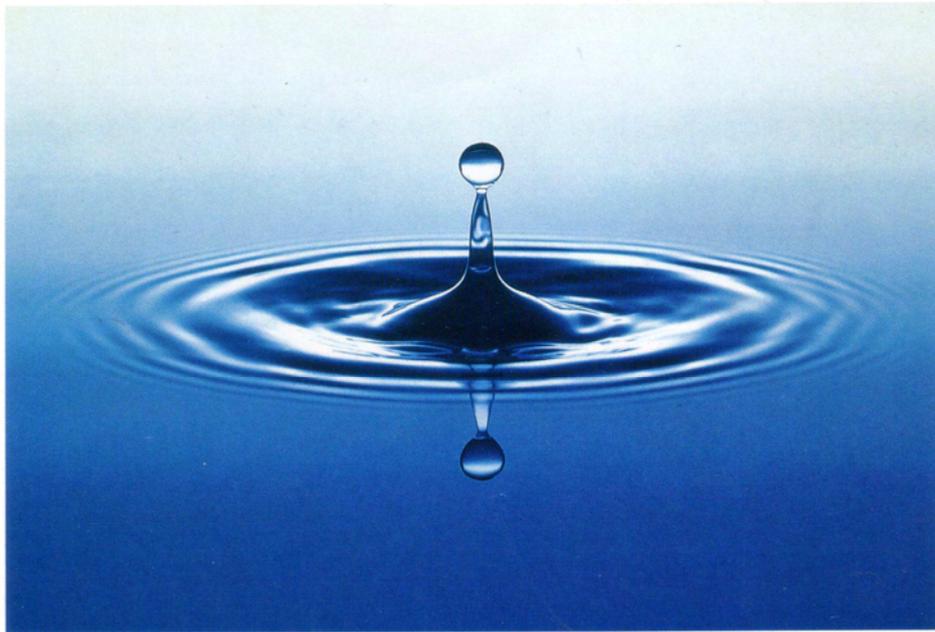




# 14. Segelreise SHINSON HAPKIDO

Bewegung für das Leben



## Im Rhythmus der Gezeiten

Segeln auf/mit der  
-JONAS VON FRIEDRICHSTADT-  
04. - 11. September 2010

im

Nordseewattenmeer





# Shin Son Hap Ki Do Segeltour 2010

Im Nordseewattenmeer vom 04.09.- 11.09. 2010

Mit Kapitän Stefan Schremmer  
Bu-Sabumnim Christoph Albinus



Shinson Hapkido lehrt wie man sich selbst und andere auf natürliche Weise gesund erhalten, schützen und heilen kann, indem man Körper, Geist, und Lebenskraft durch ausgewogene Lebensweise ins Gleichgewicht bringt .

Es ist das Ziel von Shinson Hapkido in Gemeinschaft mit anderen die Menschlichkeit und Naturliebe wiederzuentdecken bzw. weiterzuentwickeln.

Mit diesem Grundgedanken möchten wir im Nordseewattenmeer im Rhythmus der Gezeiten eine Segeltour durchführen, an der 20 Menschen teilnehmen können.

Da auf dem Boot nicht unbegrenzt Platz ist, sollte jede/r bereit sein , sein eigenes Ego zum Wohl der Gemeinschaft ein zu setzen.

Wir bewegen uns mit der Natur, daher wird sich der Ablauf den Witterungsbedingungen und Gegebenheiten anpassen. Wir werden täglich woanders zum bewegen ans Land gehen und uns mit theoretischen Themen befassen.

Kompletter Ablauf ist noch Überraschung.

Bitte habt nicht so viele Erwartungen und bringt eine gute Einstellung mit.



Die 14. Segelreise findet mit offizieller Genehmigung der Shinson Hapkido Association statt. Es wird unterrichtet nach der Lehrmethode ( Oh Sang ) des Gründers von Shinson Hapkido Sonsanim Ko Myong.

Start	04.September. in CJI-Haus Hamburg ab 14.00
Reiseroute	Husum -- -je nach Wind und Wetter sind wir entweder in den ostfriesischen oder nordfriesischen Inseln unterwegs
Ende Ankunft	Samstag 11.September
Anmeldung Telefonisch od. schriftlich	Christoph Albinus Dorfstrasse 10 19300 Semmerin                    038755 40050 sageralbinus@web.de
Teilnahme	Für alle Shinson Hapkido Schüler/innen und Lehrer/innen nach Rücksprache mit ihrem Kyosanim
Kosten	<u>400,00 €</u> incl. Teilnahmegebühr, Vollverpflegung, Schiffsgebühr, Getränke , und Extras
Überweisung	Stichwort : Segeln 10 Kreissparkasse Ludwigslust Bankleitzahl :14052000 Kontonr.: 1520029744
Achtung	Teilnahme auf eigene Verantwortung





# Bitte mitbringen :

DOBOK / Chang Bong ab 4. Kup  
Schlafsack und Bettlaken  
Trainingsanzug, Turnschuhe  
Regenzeug, Mütze, Gummistiefel  
genug Wechselkleidung  
Badesachen, Waschzeug, Handtuch  
Personalausweis  
Lieder u. Musikinstrument  
Spiele, Schreibzeug  
Kurze Geschichte zum vorlesen

