

AIKIDO

Wiosenne Warsztaty Aikido dla Młodzieży

8-9.06.2019

Zajęcia prowadzą: Shihan oraz Shidojin AAI-Polska

Rozkład zajęć:

Sobota	11.00 – 12.00	trening
	12.15 – 13.15	trening
	14.30 –	obiad
	17.00 – 18.00	trening
	18.15 – 19.15	trening
	20.00 –	kolacja
	21.00 –	projekcja filmu
	23.00 –	cisza nocna
Niedziela	7:45 –	pobudka
	8.30 –	śniadanie, porządki w dojo
	10.00 – 11.00	trening
	11.15 – 12.15	trening
	13.00 –	zakończenie

Koszt: 100 pln

Miejsce: Kwatera Główna AAI-Polska,
Masa Katsu Dojo, ul. Immanuela Kanta 15a, Olsztyn

Uczestnicy min. 13 lat.

Prosimy zabrać ze sobą bokken i jo. Nocleg na macie (śpiwory).

Szczegółowe informacje u instruktorów

e-mail: biuro@aai-polska.pl

www.aai-polska.pl

