

*Seminarium*

**AIKIDO** 20-21.09.2024

**XX lat RONIN Dojo**

**XXXV lat Aikido Dojo Cho**



Prowadzący:

**Tomasz Krzyżanowski 6 dan Shihan**

Szef instruktor AAI-Polska

**Adam Żywiołek 5 dan Sensei**

Shidoin AAI-Polska

Miejsce:

Hala Sportowa  
Zespołu Szkół Technicznych  
i Ogólnokształcących Nr 4  
ul. Rybaki 31, Łomża

Rozkład zajęć:

Piątek:

17:45 - 20:00 keiko  
20:30 - impreza  
(lokal "LABIRYNT")

Sobota:

10:00 - 12:15 keiko  
14:00 - 16:15 keiko  
16:30 - sayonara

Koszt: 150 zł

młodzież - 70 zł,  
dzieci - bezpłatnie  
jeden blok - 60 zł

Prosimy o zabranie ze sobą bokken, jo i tanto. Nocleg bezpłatny w dojo.

Przewidziany jest catering (obiad) w czasie sobotniej przerwy pomiędzy blokami treningowymi.

W sprawie noclegów i cateringu prosimy o kontakt (zgłoszenia) do 13.09.2024