

# AIKIDO DOJO SIEGEN

## Trainingszeiten

Einsteiger-Zeiten erfahren Sie unter  
**info Tel.: 64128 / od. 0176 38298378**,  
der Einstieg ist jederzeit möglich.

### AIKIDO



**Aikido ist eine japan. Selbstverteidigungs-Kunst.**  
Aikido fördert die Gesundheit, Fitness und Selbstsicherheit uvm. Aikido ist altersunabhängig und Beginner erfahren einen leichten Einstieg.

**Mo.:** 18.30 - 19.30 Uhr und/oder 20.00 - 21.00 Uhr  
**Di.:** 18.00 - 19.00 Uhr und/oder 19.30 - 20.30 Uhr  
**Mi.:** 09.15 - 10.15 Uhr  
**Do.:** 18.00 - 19.00 Uhr und/oder 19.30 - 20.30 Uhr  
**Fr.:** 17.00 - 18.00 Uhr

### KIDS

**Mo.:**  
16.00 - 17.00

**Mi.:** 16.30 - 17.30 Uhr und/oder 17.30 - 18.30 Uhr  
**Fr.:** 15.00 - 16.00 Uhr und/oder 16.00 - 17.00 Uhr  
**Sa.:** 10.00 - 11.00 Uhr und/oder 11.00 - 12.00 Uhr

### AIKI-JO



**Aiki-Jo ist eine japanische Stockkampfkunst.**  
Aiki-Jo, wie wir es lehren, ist äußerst vielseitig und wirkungsvoll. Aiki-Jo ist altersunabhängig und Beginner erfahren einen leichten Einstieg.

**Mo.:** 17.30 - 18.30 Uhr und/oder 18.00 - 18.30 Uhr  
**Di.:** 17.30 - 18.00 Uhr und/oder 19.00 - 19.30 Uhr  
**Do.:** 17.30 - 18.00 Uhr und/oder 19.00 - 19.30 Uhr

### IAIDO



**Iaido ist eine japanische Schwertkunst.**  
In Japan gilt Iaido als die älteste Übungsform von Schwertkampftechniken

**Mi.:** 20.00 - 21.30 Uhr

Alle Kurse/Übungseinheiten sind altersunabhängig und frei wählbar!  
Unser Team freut sich auf Sie!

**Weitere Infos auf unserer web Seite [www.aikido-siegen.de](http://www.aikido-siegen.de)**