

TRAININGSZEITEN IM AIKIDO DOJO SIEGEN

In der Zeit vom **17.01.2022** bis **09.02.2022** findet Training wie folgt statt:

Montag

*18.00 Uhr – 18.30 Uhr **Aiki-Jo & Ken** (kontakt **los**) (ab 14 Jahre)
18.30 Uhr – 19.00 Uhr für länger Übende

19.15 Uhr – 20.15 Uhr **Aikido** (ab 14 Jahre) für alle

20.15 Uhr – 20.45 Uhr Aiki-Jo für länger Übende, od. freies Üben

Dienstag

*18:00 Uhr – 19:00 Uhr **Aikido** (ab 14 Jahre) für alle

Donnerstag

*18.00 Uhr – 18.30 Uhr **Aiki-Jo & Ken** (**kontaktlos**) (ab 14 Jahre)
18.30 Uhr – 19.00 Uhr für länger Übende

19.15 Uhr – 20.15 Uhr **Aikido** (ab 14 Jahre) für alle

im Anschluss bis ca.20.45 Uhr freies Üben.

*Quereinsteiger im 30 Minuten Takt

Kids Aikido

Montag 16.30 Uhr – 17.30 Uhr Aikido (**für alle**)

Mittwoch 17.30 Uhr – 18.30 Uhr Aikido (**für alle**)

info: www.aikido-siegen.de **email:** info@aikido-siegen.de **Tel.:** 64128

Ein neuer Übungsplan folgt (nach Bedarf)