

AIKIDO / AIKIJO

20. INTERNATIONALER INTENSIV LEHRGANG

im Dojo Langenthal am Freitag 5. November
und Samstag 6. November 2021

mit **Fritz Heuscher** (Shihan, 6.Dan Aikikai)

Thema: Neben Aikido wollen wir die Jo-Kata von Tada-Sensei lernen/auffrischen.

The main theme will be Aikido and the work with the wooden jo (Jo-Kata from Tada-Sensei)

Programm:

	Freitag 5.11.	Samstag 6.11.
09:30 - 10:30		Aikido, Jo,
10:30 - 12:00		Aikido, Jo
13.00 – 14:30		Kindertraining
14:30 – 15:00		Aikido Erwachsene und Kinder
Kinderplausch Ab 15.00 h mit Marion		Geführte Aktivität für die Kinder
15:00 - 16:00		Aikido, Jo
16:15 - 17:30		Aikido, Jo
17:30 – 18:00		Prüfungsvorbereitung / Prüfungs-Hauptproben
18:45 - 20:00	Aikido, Jo	Aiki-Party, Kinder und alle
20:00 – ????	Gemeinsames Abendessen wenn gewünscht...	Aiki-Party, Jugendliche und Erwachsene

Kosten: SFr. 80.-- ganzer Stage, (SFr. 50 für Stellenlose/Studenten/Kinder)
Euro 60.-- per seminar.
SFr. 20.-- pro Training bzw. Freitag
Euro 15.-- per lesson and/or friday

Die Teilnehmerzahl ist auf 29 Personen beschränkt.

Auskunft Anmeldung/Information: Fritz Heuscher,
Tel. 0041(0)79/448 17 51, fritz.heuscher@srk-langenthal.ch

Wo: www.aikido-langenthal.ch