



Aikido Schule  
Gawan  
Errenst



[www.aikido-schule-errenst.de](http://www.aikido-schule-errenst.de)

# Kettlebell-Lehrgang

- Termin: Samstag, 14.09.2019
- Programm: 14:00 – 15:30 Wiederholung (Turkish GetUp, Swing, etc.)  
15:30 – 16:00 Pause  
16:00 – 17:30 Weiterführendes (Jerk, A+A Training)
- Lehrer: Harald Motz Geprüfter Kettlebell Trainer
- Kosten: 30,- €
- Dojo: Charlottenstraße 14  
52070 Aachen – Frankenberg
- Mail: [gawan@aikido-schule-errenst.de](mailto:gawan@aikido-schule-errenst.de)  
Telefon: 0176 8505 9090