



Aikido Schule
Gawan
Errenst



www.aikido-schule-errenst.de

Intensiv-Trainingstage Oktober 2019 in Aachen

Beginn: Mittwoch 16.10.2019 19:30 Uhr
Ende: Sonntag 20.10.2019 12:00 Uhr

Lehrer: Dieter Löpke 6. Dan Aikido
Benjamin Wagner 4. Dan Aikido
Gawan Errenst 4. Dan Aikido

Programm: Mittwoch

19:30 – 21:00 Uhr **Aikido** mit Benjamin und Gawan
Donnerstag, Freitag und Sonntag
08:00 – 09:00 Uhr Meditation (Zazen)
10:00 – 12:00 Uhr **Aikido** mit Benjamin und Gawan
12:00 – 12:30 Uhr Krafttraining
16:30 – 18:30 Uhr Kindertraining
18:30 – 20:30 Uhr **Aikido** mit Benjamin und Gawan

Samstag

08:00 – 09:00 Uhr Meditation (Zazen)
10:00 – 12:30 Uhr **Aikido** mit Dieter Löpke
15:00 – 17:30 Uhr **Aikido** mit Dieter Löpke

Kosten: Mittwoch, Donnerstag, Freitag und Sonntag
Gesamt **50,- €** oder pro Zeitzstunde Aikido **5,- €**
Für Dojomitglieder während der regulären Trainingszeiten kostenfrei
Samstag
Gesamt **35,- €** oder pro Einheit **20,- €**

Adresse: Charlottenstraße 14
52070 Aachen – Frankenberg

Kontakt: Telefon 0176 8505 9090 Mail gawan@aikido-schule-errenst.de

Hinweis: Im Dojo kann während des Lehrgangs übernachtet werden.