

AIKIDO

Sommerlehrgang 2011

03.- 07. August 2011 mit
Gilles de Chénerilles

7. Dan Aikido

und

Laurent Fey

4. Dan Aikido (FFAAA)

Lehrgangsort

Hermann-Neuberger-Sportschule, Im Stadtwald, 66123 Saarbrücken;
Judohalle (Halle 45)

Zeiten	9.30 - 12.00 Uhr	14.30 - 17.00 Uhr	Event
03.08.10	Mittwoch: –	Aikido	–
04.08.10	Donnerstag: Aikido	Aikido	Videoabend ab 18.30 Uhr
05.08.10	Freitag: Aikido	Aikido	Yoga 17.15 - 18.30 Uhr
06.08.10	Samstag: Aikido	Aikido	Grillfest ab 18.30 Uhr
07.08.10	Sonntag: Aikido	–	–

Hinweise

In der Mittagspause (12.00 - 14.30 Uhr) besteht die Möglichkeit in der Sport-Mensa zu essen. Bitte bei der Anmeldung reservieren!

Bitte Jo und Ken mitbringen!

Die Yogastunde wird von Christiane de Chénerilles (Yoga Lehrerin) geleitet.

Thema: Atmungstechniken, Zentrierung. Was ist das Hara?

Lehrgangskosten

Einheiten:	1 E.	2 E.	3 E.	4 E.	5 E.	6 E.	7 E.	Alle
Gebühr:	15,- €	29,- €	41,- €	51,- €	60,- €	68,- €	74,- €	78,- €

Infos und Anmeldung

Sakura Dojo | Gilles de Chénerilles | Dudweilerlandstr. 87 a-c | 66123 Saarbrücken
Tel: 0681-3908062 oder 0178-6102306 | E-Mail: info@sakura-dojo.de
www.sakura-dojo.de