Bernd Hardekopf, 6. Dan Aikido

Aikido-Schule Bergisch Gladbach

Hauptstr.102 (Im Innenhof) – 51465 Bergisch Gladbach – Telefon 0178 – 6709 777

Einladung zu einem

Stock- und Schwertlehrgang

mit

Bernd Hardekopf, 6.Dan Aikido

Zeit: ***Samstag, den 07. Dezember 2024***

Stock (Jo)	14.00 - 16.00 Uhr Basisbewegungen 22- Kata / Kata 4 + 6 (Asai Sensei) Jodori
Schwert (Bokken)	16.15 - 18.15 Uhr Basisbewegungen Kata 3 +4 (Asai Sensei) Shiho-nage omote + ura zu dritt Kendori

Ort: Aikido-Schule Bergisch Gladbach
Hauptstr. 102 (Im Innenhof)

Gebühr: pro Einheit 18,- €
insgesamt 30,- €

Jugendliche: pro Einheit: 9,- €
insgesamt: 17,- €

Bitte - wenn vorhanden - Stock und Schwert mitbringen!

Information: Bernd Hardekopf
http://www.aikido-bergischgladbach.de/aktuelles.html