

Erste Aikidoschule Dresden

Kipsdorfer Str.100

☎ 0351/ 311 53 40

aikidoschule.dresden@gmx.de

www.aikidoschule-dresden.de



Trainingsplan Herbstferien 16. – 31.Oktober 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aikido				
		08.00 – 09.00 Erw. gemischt 09.00 – 10.00 Schwert		08.00 – 09.30 Erw. gemischt
17.30 - 18.30 Kinder 8 - 14	17.00 – 18.00 Kinder 5 - 7			16.30 – 17.30 Kinder 8 – 14
18.45 - 20.00 Erw. gemischt	18.30 - 19.30 Stock 19.30 – 21.00 Erw. gemischt	18.30 – 20.00 Erw. gemischt 20.00 – 21.00 Schwert	18.30 – 19.30 Schwert 19.30 – 21.00 Erw. gemischt	18.00 - 19.00 Erw. fortg. 19.00 – 20.00 Erw. gemischt
Taijiquan / Qi Gong				
19.00–20.00 Taijiquan		17.45–18.30 Qi Gong 18.45–19.45 Taijiquan	08.00 – 08.50 Qi Gong 09.00 – 09.45 Fächer-Taiji 18.00-19.30 Taijiquan	18.30-19.30 Taijiquan 29.10.kein Training