

AIKIDO

KANGI-KO

Intensywny Trening Zimowy

20-24.02.2019



Tomasz Krzyżanowski sensei (6 dan)

Szef Instruktor AAI-Polska

oraz członkowie Rady Instruktorów:

Krzysztof Szoch sensei (5 dan)

Rafał Łukaszewski sensei (4 dan)

Patryk Chmielewski sensei (4 dan)



Organizator: AAI-Polska

Miejsce: Kwatera Główna AAI-Polska, Masa Katsu Dojo,
ul. I. Kanta 15A, Olsztyn

Koszt: 250,00 zł (120zł – sob.-nd., 150 z piątkowym wieczorem)

W tym:

- treningi aikido
- noclegi w dojo (panowie na macie, panie salka na piętrze)
- ubezpieczenie NNW
- dostępne rozrywki, sauna itd..

* Ze względu na ograniczoną ilość miejsc zgłoszenia przyjmujemy do wyczerpania limitu, zgłoszenia prosimy kierować na biuro@aai-polska.pl lub poprzez instruktora.

ROZKŁAD ZAJEĆ

20.02.2019 (środa)

| | |
|---------------|--------------|
| 19.30 – 20.30 | keiko |
| 20.30 – 21.30 | keiko |
| 21.30 | sauna+ party |

21.02.2019 (czwartek)

| | |
|---------------|---------------|
| 09.30 – 10.30 | keiko |
| 10.45 – 11.45 | keiko |
| 12.00 – 13.00 | trening wolny |
| 19.30 – 20.30 | keiko |
| 20.30 – 21.30 | keiko |
| 21.30 | sauna+ party |

22.02.2019 (piątek)

| | |
|---------------|--------------|
| 09.30 – 10.30 | keiko |
| 10.45 – 11.45 | keiko |
| 12.00 – | egzamininy |
| 18.00 – 19.00 | keiko |
| 19.00 – 20.00 | keiko |
| 20.30 | sauna+ party |

23.02.2019 (sobota)

| | |
|---------------|----------------------|
| 10.00 – 11.00 | keiko |
| 11.15 – 12.15 | keiko |
| 12.30 – 13.30 | keiko |
| 17.00 – 18.00 | keiko |
| 18.15 – 19.15 | keiko |
| 20.30 | party (Stare Miasto) |

24.02.2019 (niedziela)

| | |
|---------------|----------|
| 10.00 – 11.00 | keiko |
| 11.15 – 12.15 | keiko |
| 12.30 – 13.30 | keiko |
| 14.00 | sayonara |

Zgłoszenia oraz szczegółowe informacje:

tel. +48 501 015 335

e-mail: biuro@aai-polska.pl

www.aai-polska.pl

