



Bernd Hardekopf, 5. Dan Aikikai Tokyo

Aikido-Schule Bergisch Gladbach

Hauptstraße 102 (Im Innenhof) - 51465 Bergisch Gladbach - Telefon: 0178 - 670 977 7

Einladung zu einem

Stock- und Schwertlehrgang

mit

Bernd Hardekopf, 5.Dan

Zeit:

Samstag, den 01. Dezember 2018

Stock (Jo) **14.00 - 16.00 Uhr**
Einsteiger: Basistechniken
Fortgeschrittene: Kata 1 – 6 + Jo Dori

Schwert (Bokken) **16.15 - 18.15 Uhr**
Kata 1 – 6 + Tachi Dori
Tada Sensei: 1 - 6
Irimi-Nage : 1 + 2

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

Gebühr: pro Einheit 15,- € Jugendliche: pro Einheit: 9,- €
insgesamt 26,- € insgesamt: 16,- €

Bitte - wenn vorhanden - Stock und Schwert mitbringen!

Eine Interessentenliste hängt aus.

Information: Bernd Hardekopf
02202-251591
<http://www.aikido-bergischgladbach.de/aktuelles.html>