

Zajęcia Aikishintaiso są otwarte dla wszystkich.

Na treningi Aikiken zapraszamy wyłącznie ćwiczących w grupach Kokusai Aikido Kenshukai Kobayashi Hirokazu Ryu Ha. Będziemy pracować nad pierwszymi trzynastoma kihonami.

Treningi poprowadzi **Patrick Matoïan Shihan** (6 dan).

| | | | |
|-------------------|-----------------------------|-----------------|---|
| Sobota: | 10:00 - 11:30 Aikishintaiso | Adres: | Hala Sportowa 'Koło', ul. Obozowa 60 |
| | 12:00 - 13:30 Aikiken | | |
| | 15:30 - 17:00 Aikishintaiso | Koszt: | Aikiken: 80 zł |
| | 17:30 - 19:00 Aikiken | | Aikishintaiso: 70 zł Aikiken + Aikishintaiso: 120 zł |
| Niedziela: | 09:00 - 10:30 Aikishintaiso | Kontakt: | Jakub Wybraniec, tel. 693346097 |
| | 11:00 - 13:00 Aikiken | | |

Patrick Matoïan Shihan (6 dan)

Warszawa, 21-22 września 2013

Staż Aikishintaiso

Staż Aikiken

