

## Nocleg i wyżywienie:

- 3 wspólne posiłki dziennie w stołówce ośrodka (domowa kuchnia)
- nocleg w domkach 2, 3, 4 - osobowych lub pod namiotem.

Nocleg w domkach + posiłki: 70 zł/dzień

Sam nocleg: 40 zł/dzień

Namiot (niezależnie od ilości osób): 35 zł

Opłaty za nocleg i wyżywienie bezpośrednio w ośrodku;

Rezerwacje: Eugenia Pacewicz, tel: 606 412 777

Ośrodek Wypoczynkowy 'Pod Sosną'

17-300 Siemiatycze, Wólka Nadbużna

<http://knieja.wix.com/podsosna>

## Treningi:

Aikido: 9:30 - 11:00, 11:15 - 12:45

Aikishintaiso: 17:00 - 18:30

Pierwszy trening: 4 sierpnia o 11:00

## Opłaty:

Aikido + Aikishintaiso: 300 zł

Aikido: 250 zł

Aikishintaiso: 150 zł

Jeden trening: 30 zł

Patrick Matoian Shihan (6 dan NDBK)

Wólka Nadbużna, 4-10 sierpnia 2014

# Letni staż aikido i aikishintaiso

