

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7:00 - 8:00		<b>AIKIDO</b> Sylvia		<b>AIKIDO</b> Sylvia	
16:30 - 18:00		<b>alternierend</b>		<b>AIKIDO</b> Kinder & Jugend * Sylvia	<b>AIKIDO</b> Kinder & Jugend * Sylvia
18:00 - 19:15	<b>AIKIDO</b> Grundtechniken Rüdiger	<b>ITTO-DEN SHINKI TOHO</b> ab 17:00 Kristina	<b>DAITO RYU</b> Matthias	<b>AIKIDO</b> Matthias	<b>AIKIDO</b> Sylvia
19:15 - 20:30	<b>AIKIDO</b> Martin	<b>AIKIDO</b> Matthias	<b>AIKIDO</b> Rüdiger	<b>AIKIDO</b> Gerhard	<b>AIKIDO</b> Christof
20:30 - 21:45			<b>AIKIDO</b> Stock & Schwert KATAS Rüdiger	<b>SHIATSU</b> Gerhard	<b>AIKIDO</b> Schwert Christof

Am Ostermontag, Pfingstmontag, 24.-26.12., 31.12. und 1.1. ist unser Dojo geschlossen. An sonstigen Feiertagen: siehe Aushang im Dojo!

An Lehrgangswochenenden fallen die regulären Stunden aus.

\* Aikido Kinder- & Jugendtraining ab 10 Jahren