

## Aikido Dojo München: Trainingsplan 2023

Uhrzeit/ Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7.00–8.00 Uhr		Morgentraining Sylvia		Morgentraining Sylvia	
16.30 -17.45 Uhr			Kindertraining Roe Be'er und Monika Brand		Kindertraining Frank K. und Franck Ch.
18.00-19.15 Uhr	Aikido Christof und Thierry	Daito Ryu Danijel	Aikido Matthias	Itto-den Shinki Toho Kristina	Aikido Sylvia
19.15-20.30 Uhr	Aikido Martin B.	Aikido Danijel	Aikido Martin Smentek	Aikido Gerhard	Aikido Stock und Schwert Sylvia (bis 20.15 Uhr)
20.30- 21.15 Uhr			Aikido Stock und Schwert Martin B. (nach Absprache)	Aikido Stock und Schwert Gerhard (bis 21.00 Uhr)	