

Aikido Dojo infinity moves e.V.

Trainings-Plan 2023 I

ab Sa.07.01.2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					10:00—11:00 Ki Keiko movement & breath Bodhi Dojo
	17:00 –18:30 Aikido Kids Sporthalle		17:30 –19:00 Aikido Kids Sporthalle	MBSR 8-Wochen- Kurs (mindfulness based stress reduction) 03.02.—31.03.2023 17:00 –20:00 Stressbewältigung durch Achtsamkeit Weitere Infos: www.mbsr-iris-scanlon.de Bodhi Dojo	
19:00-20:00 Ji Kyo Jutsu Japan workout Laufender Kurs Bodhi Dojo	18:30 –19:30 Aikido Freies Training Sporthalle	18:00-19:00 Meditation Insel Zeit Bodhi Dojo	19:00 –19:30 Aikido Freies Training Sporthalle		
20:15-21:15 Meditation Insel Zeit Bodhi Dojo	19:30—21:00 Aikido Erwachsene & teens Sporthalle	19:30-20:30 Ji Kyo Jutsu Japan workout <u>8-Wochen-Kurs</u> <u>Beginn:18.1.23</u> Bodhi Dojo	19:30—21:00 Aikido Erwachsene & teens Sporthalle		

ACHTUNG:
Die Kurse finden statt,
wenn es ausreichend Anmeldungen bei **Dojo-Door** gibt.
Bitte meldet euch dort an