

# TRAININGSZEITEN IM AIKIDO DOJO SIEGEN

*In der Zeit vom 15.08.2022 (bis auf weiteres) findet Training wie folgt statt:*

## Montag

---

**\*18.00 Uhr – 18.30 Uhr Aiki-Jo & Ken (kontakt los) (ab 14 Jahre)**

**18.30 Uhr – 19.00 Uhr** für Länger Übende

\*Quereinsteiger im 30 Minuten Tackt

**19.15 Uhr – 20.20 Uhr Aikido** (ab 14 Jahre) für Länger Übende.

**20.20 Uhr – 20.45 Uhr Aiki-Jo** für Länger Übende, od. freies Üben.

## Dienstag

---

**18.00 Uhr–19.00 Uhr Aikido** (ab14 Jahre) freies Üben.

## Mittwoch

---

## Donnerstag

---

**\*18.00 Uhr – 18.30 Uhr Aiki-Jo & Ken (kontakt los) (ab 14 Jahre)**

**18.30 Uhr – 19.00 Uhr** für Länger Übende

\*Quereinsteiger im 30 Minuten Tackt

**19.15 Uhr – 20.20 Uhr Aikido** (ab 14 Jahre) für Länger Übende  
im Anschluss bis ca.20.45 Uhr, freies Üben.

## Freitag

---

**17.00 Uhr–18.00 Uhr Aikido** (ab14 Jahre) freies Üben.

## Samstag

---

## Kids Aikido

---

Montag 16.45 Uhr – 17.45 Uhr Aikido (ab 6- Jahre)

Mittwoch 17.15 Uhr - 18.15 Uhr Aikido (ab 9- Jahre)

Donnerstag 16.45 Uhr – 17.45 Uhr Aikido (ab 6- Jahre)