

Trainingszeiten im Aikido Dojo Alpen (ab 31. Mai 2021)

Montag

17:45 – 18:45 Uhr Training für Kinder

19:00 – 20:30 Uhr Training für Erwachsene

Mittwoch

19:00 – 20:30 Uhr Training für Erwachsene

Freitag

17:45 – 18:45 Uhr Training für Kinder

19:00 – 20:30 Uhr Training für Erwachsene

Samstag (bis zu den Sommerferien 2021, danach findet dieser Unterricht am Donnerstag statt)

9:00 – 10:40 Uhr Morgengymnastik; Jo (Holzstock); Meditation

Bis zu den Sommerferien finden alle Unterrichtseinheiten für Erwachsene „hybrid“ statt. Also Präsenzunterricht und Onlineunterricht gleichzeitig. Wer am Onlineunterricht teilnehmen möchte, bekommt die Einwahlnummern unter der Nummer 02802/704966

Trainingsvoraussetzungen im Dojo:

Es sind maximal 12 Teilnehmer pro Trainingsabend zugelassen.
Deswegen bitte vorher anmelden: josef.juergens (at) gmx.de

Außerdem braucht ihr

einen Nachweis über einen negativen Coronatest (Schnelltest ist ausreichend), der nicht älter als 48 Stunden ist.

oder

einen Nachweis über die vollständige Impfung

oder

einen Nachweis für eine überstandene Coronaerkrankung.

Wir freuen uns auf euch!