

# AIKIDO-INSTITUT-BREMEN e.V.

Dojo: Westerstr. 68, Bremen-Neustadt, Tel.502228

Ltd. Lehrer: Rüdiger Keller, 7. Dan, Mitglied im

Bundesverband der Aikido-Lehrer (BDAL)

## Trainingsplan

<b>Montag</b>	15.30 - 16.30 Uhr	Kinder - Anfänger	Volker
	16.30 - 18.00 Uhr	Kinder - Fortgeschrittene	Volker
	18.00 - 19.00 Uhr	Anfänger Aikido	Rüdiger
	19.00 - 20.00 Uhr	Fortgeschrittene Aikido	Rüdiger
<b>Dienstag</b>	17.30 - 19.00 Uhr	Zazen	Volker
	18.00 - 19.00 Uhr	„Aikido-Subtil“	Rüdiger
	19.00 - 20.00 Uhr	Gemischte Gruppe Aikido	Rüdiger
	20.00 - 20.45 Uhr	Aiki-ken (Schwert)	Rüdiger
<b>Mittwoch</b>	19.00 - 20.30 Uhr	Anfänger	Elke
<b>Donnerstag</b>	17.30 - 19.00 Uhr	Aikiken (Hochschulsport)	Volker
	19.00 - 20.15 Uhr	Gemischte Gruppe Aikido	Rüdiger
	20.15 - 21.00 Uhr	Aiki-Jo (Stock)	Rüdiger
<b>Freitag</b>	9.00 - 10.00 Uhr	Gemischte Gruppe Aikido	Hans
	19.00 - 21.00 Uhr	Aikido-Hochschulsport & Anfängerkurs Aikido	Volker
<b>Sonntag</b>	10.30 - 12.00 Uhr	Gemischte Gruppe Aikido Fortgeschrittene	

Besucher bzw. Interessenten/-innen sind jederzeit herzlich willkommen und können beim Training zuschauen bzw. an einem Probetraining teilnehmen.

Der **Beitrag** für beliebig häufiges Trainieren beträgt monatlich:

€ 60 Normaltarif

€ 40 ermäßigter Tarif

€ 30 Anfängertarif, 6 Monate befristet

€ 10 Einzelstunde (Gäste)

€ 20 Kinder- und Jugendlichentarif

Weitere Informationen vor oder nach obigen Trainingszeiten direkt im Dojo  
oder

bei uns im Internet unter [www.aikido-bremen.de](http://www.aikido-bremen.de) !

