



STUNDENPLAN

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	FREITAG
VORMITTAG	8:00 bis 8:30 Uhr Tai Chi / Qigong		8:00 bis 8:30 Uhr Tai Chi / Qigong	
	8:30 bis 9:30 Aikido ruhig fließend		8:30 bis 9:45 Aikido ruhig fließend	
	9:45 bis 10:45 Mütter mit Kleinkind		10:00 bis 11:00 Uhr Jo / Bokken	
NACHMITTAG		15:30 bis 16:20 Uhr Aikido Kinder 1, 5 - 9 Jahre	16:00 bis 16:50 Uhr Aikido Kinder 1, 6 - 10 Jahre	
	17:30 bis 18:45 Uhr Basis-Aikido Erwachsene	16:30 bis 17:30 Uhr Aikido Kinder 2, ab 10 Jahren	17:00 bis 18:00 Uhr Aikido Kinder / Jugend	
		17:30 bis 18:30 Uhr Aikido Jugend, ab 14 Jahren	Freie Übungsstunde	
ABEND		18:45 bis 19:45 Uhr Jo / Bokken		18:30 bis 19:45 Uhr Aikido dynamisch
		19:45 bis 21:00 Uhr Aikido dynamisch		Freie Übungsstunde