

Åke Bengtsson

40 år med Aikido

合
氣
道



Söndag 18 November 2018

Träning 11:00-12:30 Taijutsu

12:30-12:45 Paus

Träning 12:45-13:45 Bukiwaza.

OBS! Ta med eget vapen bokken och jo.

13:45-14:00 Fruktpaus

Träning 14:00-15:30 Taijutsu

Kontakt, frågor och anmälningar

E-mail: aikido@lilla-nakaima.net

Mobil +46 70 9733830

<http://www.lilla-nakaima.net/news.html>

Plats: Sättra skolans gymnastiksal

Välkomna!