

Shinki-Dojo

www.shinkirengo.de
www.daitoryu-bokuyokan.de
www.shinkiryu-aiki-budo.de
susanne.nakajima@googlemail.com



Tel. + 49-7943-8284 (Dojo)
+ 49-6295-607 (Home)
+49-6295-929052 (priv.)
E-Mail: m.d.nakajima@freenet.de

Aiki Budo 2009/10

Oberkessach, Do. 31. 12. 2009 – Sa. 02. 01. 2010

M.D. Nakajima: Shinkiryu Aiki Budo, Soke

Donnerstag	14.30 – 15.15 Uhr	Meditation	
31.12.09	15.30 – 17.30 Uhr	Training	(danach kl. Essen, Bitte jeder für sich sorgen)
	19.30 – 21.30 Uhr	Training	
	anschließend	Silvesterfeier	
	23.30 – 23.50 Uhr	Meditation	
	anschließend	Neujahrsfeier	(ca. 2.00 Uhr sollte sie zu Ende gehen)
Freitag	10.15 – 10.30 Uhr	Meditation	
01.01.10	10.30 - 12.30 Uhr	Training	anschließend Auswärtsessen
	16.00 – 18.00 Uhr	Training	anschließend Prüfungsmöglichkeit
	ca. 20.00 Uhr	Essen auswärts	
Samstag	10.00 - 10.45 Uhr	Meditation	
02.01.10	11.00 - 13.00 Uhr	Training	

Gebühr: Gesamt-Lehrgang (5 Einheiten / 10 Std. Training) 70.- Euro
Trainings-Einheit: 15.- Euro

- Zur Feier tragt bitte etwas Essbares sowie Kulturelles oder Unterhaltsames bei.
- Übernachtung im Shinki-Dojo mit Schlafsack ist möglich. Falls Gasthofübernachtung gewünscht wird, bitten wir, sich selbst darum zu kümmern. Gasthof/Hotel-Angabe in der Homepage www.shinkirengo.de unter der Rubrik „Lehrgänge“.
- Anmeldung ist unbedingt erforderlich (wegen evtl. Rückmeldung).

Gute Reise !