

Liebe Aikido-Freunde,

hiermit laden wir Euch zu unserem

## 2. Aikido-Austausch-Treffen

des **KAIZEN AIKIDO NETZWERKS**

am 9. November nach Duisburg ein.

Übungszeiten von 14.00–15.30 und 16.30–18.00 Uhr

Geplant sind sechs mal 30 Minuten Aikido mit verschiedenen Übungsleitern

zum Thema **UKEMI**.

Bitte gebt uns kurz Bescheid, wenn ihr teilnehmen möchtet!

Nach dem Training gibt es die Möglichkeit für alle Teilnehmer den Austausch bei einem Mattenpicknick fortzusetzen. Unser Dojo sorgt für Getränke, alle Teilnehmer sollten etwas Kulinarisches beisteuern.

Mit besten Grüßen

Sonja & Peter

*Wir freuen uns auf den Tag mit euch!*



**Dojo Adresse:**

Aikido-im-Hof  
Grabenstraße 48  
47057 Duisburg