

Välkommen till en dags keiko!

Under en dag träffas vi för att träna med och lära av varandra. Vi delar med oss av oss själva och vår aikido. Vi bjuder på oss själva för att ge och ta emot energi från varandra!

Plats: Brännkyrkahallen. Datum 11 september 2022. Kostnad: GRATIS!



Tider:

0930-1045 Keiko	1345-1500 Keiko
1100-1215 Keiko	1515-1630 Keiko
1215-1345 Lunch	1700 - Pizza och eftersnack



Vi har ett antal jo och bokken att låna ut – tag gärna med dina egna!

Arrangemanget är ett samarbete mellan Nakaima aikidoklubb, Västerhaninge Kaizen aikidoklubb och Högdalens Izanagi aikidoklubb. Instruerar gör Henrik Jakobsson, Jesper Svedberg och Daniel Jansson. **Viktigast är du som är med på mattan – ingen aikido utan partner!**

Välkommen!

Frågor eller ytterligare information? Tel: +46707507723 e-post: aikido@nakaima.se