



18. März, Lehrgang mit Christoph Schwarzer, 5.Dan

Ihr Lieben,

ich lade Euch herzlich zu einem Lehrgang mit Christoph Schwarzer, 5. Dan Aikido aus Bremen, ein.

Termin: 18. März 2023

Am Vormittag wird Christoph zunächst eine Einheit für meine **Aikido-Kinder** anbieten: **Zeit: 11.00 bis 12.15 Uhr**. Kosten 7,- Euro.

Am Nachmittag beginnt Christoph das Training **für Erwachsene um 15.30 Uhr** mit einer Einheit ZaZen bis 16.00 Uhr, und dann geht es mit dem Aikidotraining weiter **bis 19.00 Uhr**, incl. einer Pause bei Kaffee und Kuchen. Kosten 25,- Euro.

Eine Anmeldung ist unbedingt verbindlich erforderlich, da die Personenzahl aufgrund meines kleinen aber feinen Dojos begrenzt ist. Kontaktadresse: Heike Kickler, Am Hafen 71 (hier befindet sich auch das Dojo!) Telefon 04451-7889 oder 0174 4506065.

Herzliche Grüße aus Varel von Heike

P.S. **von 14.00 bis 15.00 Uhr** findet an diesem Samstag das regelmäßig stattfindende **Aikido für Menschen mit Behinderungen** mit mir am Deich statt, an dem Christoph gerne teilnehmen möchte. Auch alle anderen LehrgangsteilnehmerInnen sind herzlich eingeladen daran kostenlos teilzunehmen.