



ZUSAMMEN AI

KRAFT KI

WEG DO



Adventlehrgang

3. und 4. Dezember 2022

Ute Schwarzmayr (Aikido)
Anke Egger (Yoga)

| | | |
|---------------------------|---------------|------------------------|
| Samstag, 3. Dezember 2022 | 14.00 – 15.00 | Yoga |
| | 15.15 – 17.15 | Aikido |
| | 17.30 – 18.00 | Kyu-Prüfungen |
| | 19.00 | Gemeinsames Abendessen |
| Sonntag, 4. Dezember 2022 | 10.00 – 11.45 | Aikido |
| | 12.00 – 13.00 | Yoga |

Ort: Insel – Haus der Jugend, Budoakademie
Franz-Hinterholzer-Kai 8
5020 Salzburg

Anmeldung: Ute Schwarzmayr
info@ute-schwarzmayr.at
0043 (0)650 752 84 37

Kursbeitrag: € 80,- / ermäßigt € 70,- (ganzer Lehrgang)
€ 45,- / ermäßigt € 35,- (halber Lehrgang)

Übernachtung/Dojo: € 15,-

Prüfungsgebühr: € 20,-

Kleidung: Aikido-Anzug oder bequeme Trainingskleidung

Anfänger sind herzlich willkommen. Wir üben verschiedene Wurf- und Haltetechniken und Fallschule. Tempo und Schwierigkeitsgrad orientieren sich an den Möglichkeiten und dem Erfahrungsstand jeder Teilnehmerin und jedes Teilnehmers.

Wer hat, bitte Bokken, Jo und Tanto mitbringen.

Anmeldeschluss: 25. November 2022

Stornobedingungen: Bei Stornierung der Teilnahme nach dem 25. November 2022 ist die gesamte Kursgebühr fällig, ausgenommen der Platz kann von der Warteliste nachbesetzt werden.

Jeder ist für sich selbst verantwortlich, die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Weder Veranstalter noch Einzelpersonen übernehmen irgendeine Form von Haftung.

Die Organisatoren appellieren an die Eigenverantwortung jedes einzelnen Teilnehmers. Bei Anzeichen einer möglichen Infektionskrankheit ist dem Lehrgang fernzubleiben.

www.ute-schwarzmayr.at