

# Aikido Freundschaftsseminar

## Jena - Liberec am 23.-24.03.2024

Viktor Kronďák 5. Dan Martin Frič 4. Dan  
Alexander Kessler 4. Dan Dr. Nadine Szumilas 2. Dan  
Viktor und Nadine sind Kuņđalinī Hařa Yoga Instruktoren (Level II)

Ort: USZ-Dojo, Oberaue 1, 07745 Jena



### Samstag

10:00-10:50	Yoga
11:00-12:30	Aikido Keiko 1
13:00-14:30	Aikido Keiko 2
15:00-16:30	Aikido Keiko 3
Ab 17:30	Abendessen

### Sonntag

10:00-10:50	Yoga
11:00-13:00	Aikido Keiko

**Yoga Einheiten sind für jedermann offen!**

*Bitte bequeme (Sport)Kleidung tragen! Ein Dogi ist wenig geeignet.*

### Kosten

komplett: 30€; ein Tag: 20€; eine Einheit: 10€

Sozialschwache Personen bezahlen nach eigenen Möglichkeiten

### Übernachtung

im Dojo ist im Prinzip möglich. Wir empfehlen ein Hotel oder privat, weil die Lüftung laut ist und sich nicht abschalten lässt.

### Anmeldung

[alexander.kessler@keale.de](mailto:alexander.kessler@keale.de), +49 1577 6816433, Bitte Teilnahme am Abendessen und Übernachtungswunsch angeben.

**Der Veranstalter übernimmt keine Haftung**