

# AIKIDO

Čas a program cvičení:

pondělí 27. 7. od 17:30  
úterý 28. 7. až sobota 3. 8.  
9:30 - 10:45 Aikido,  
11:00 - 12:00 zbraně  
17:30 - 19:00 Aikido.  
Čtvrtek 1. 8. volný den.

Sobota od 19:00 zkoušky na kyu  
od 20:00 Párty

Končíme v neděli  
4. 8. od 9:30 - 10:45 Aikido,  
11:00 - 12:00 zbraně.

Vezměte si jo a boken s sebou!!!



合氣道

S.P.R.A. Letovice a Aikido Karlín Vás zvou na

## 19. letní školu

### 29. 7. - 4. 8. 2013 v Letovicích

### Ondřej Malina, 5. Dan



Jsou připraveny každoroční „psycho-relaxační“ doprovodné akce (především ve čtvrtek):

v malé kopané o Pohár bývalého prezidenta ČFAI (memoriál MAS, hraje se na trávě! Dívčí teamy mohou mít až dvojnásobný počet hráček, jako např. Karlínské Kočky), Statická apnoe, Trautenberkova prasklá koule (Petanque – terapie pohybem:), Drvoštěp (hod polenem), Žateckej vorienták IV (bl. pytlíky s sebou), Bungee running, autogramiáda, snad i exhibička v nohejbale a další a stále ve zrodu a stále nespecifikované vychytávky ?!. Během letní školy proběhne téměř cokoliv. Snad už konečně.

#### Poplatky:

celá škola 790,-Kč, jeden den 170,- Kč

#### Nodeh:

možno v dojo nebo ve vlastním stanu u dojo za 50,- Kč/osoba/noc, spacáky a špunty do uší a něco přes oči s sebou (v noci je hala osvětlena zvenčí a v dojo je to jako za dne). Ale světlo není zas až tak velká překážka jako...

Info: 737 580 844 (Karel Trefný), 777 881 666 (Malina),  
e-mail: malina.ondrej@volny.cz

