

改
善

- kai zen -



Kaizen
Aikidoklubb
Vännäs
- 30 år -
1993 - 2023

Hösten 2024

Hösten 2024 är Kaizen aikidoklubbs 62:a termin!

Hjärtligt välkomna till en ny termin där vi tränar rörelse, koordination, balans, samspel, fallteknik och minst lika mycket kontakt, kommunikation och närvaro i ögonblicket. Aikido rymmer allt detta och upphör aldrig att fascinera! Läs mer om Aikido här

Under hösten kommer det att genomföras ett barnläger i Skellefteå lördagen den 12 april och eventuellt en gemensam träningsdag för vuxna och ungdomar återkommer om datum. Information kommer inför båda händelserna. Aktuell information finns också på klubbens hemsida www.laget.se/kaizen.

Ett kalendarium för hösten finns längst ner. Spara gärna det! Eventuella förändringar kommer att meddelas via mejl. Finns det intresse kan det bli en familjeträning under andra halvan av hösten då föräldrar och syskon är välkomna att vara med på ett träningspass.

Varmt välkomna till höstens aikido-träning!

Mikael
070-586 94 34

Epost: mikaelp.1900gmail.com

Hemsida: www.klubben.se/kaizen

Facebook: sök på Kaizen aikido för att gå med i gruppen.

Medlemsavgift (en gång per år): 100kr

Träningsavgift (varje termin)

barngruppen (10-14 år): 300kr

ungdom (15-17 år): 400kr

vuxen (från 18 år): 500kr

familj: 800kr

Betala till vårt plusgiro:

pg 23 81 45-7, ange vem betalningen gäller.

Kaizen aikidoklubb Vännäs - träningsdagar ht 2024

Torsdagar på Festplatsen i Vännäsby. Barngruppen 18:30-19:30, vuxengruppen 19:40-21:00.

12/9 Terminsstart

19/9 träning

26/9 träning

3/10 träning

10/10 Ingen träning (Mikael bortrest)

17/10 träning

24/10 träning

31/10 Höstlov – gemensam träning kl 19:00

7/11 träning

14/11 träning

21/11 träning

28/11 träning

5/12 träning

12/12 träning

19/12 Terminsavslutning