

Kursplan	Aikido Osnabrück - Schule für bewusste Bewegung und Energie						gütlich ab 06.03.2017
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
17:30 - 18:30	-	Jugendliche Karl-Heinz	Kids Karl-Heinz	Jugendliche Fabian	Kids Karl-Heinz	15:00 - 17:00 Brazilian Jiu Jiutsu Warley	17:00 - 19:00 Basisstufe Christoph/Martin/Karl-Heinz
18:40 - 19:00	Meditation						
19:00 - 19:20	Meditation (Karl-Heinz)						Cheng Hsin 19:00 bis 20:30 Jürgen
19:20 - 20:00	19:00 - 20:30 Basisstufe & Neueinsteiger Karl-Heinz	Aiki-Ken / Aiki-Jo ungerade Monate: Ken gerade Monate: Jo	Mittelstufe (ab 6 Monaten Basistraining) Michael	Basisstufe & Neueinsteiger & Hochschulsport Karl-Heinz	Mittelstufe (ab 6 Monaten Basistraining) Roland (ungerade KW) Martin / Fabian (gerade KW)		
20:00 - 21:00		Fortgeschrittene ab 4. Kyu / Karl-Heinz					
21:00 - 22:00	20:30 - 22:00 Brazilian Jiu Jiutsu Warley	Hokushin Itto-Ryu Sven	Iai-Do N. N.	Hokushin Itto-Ryu Sven	-		

