

# TEEMA- seminaari

Jukka Helminen

aikido shihan 6.dan (Aikikai)

Suio-ryu iaikenpo shomokuroku

lauantai 21.01.2017

- Paikka :** Vuosaaren Urheilutalo [www.urheiluhallit.fi/vuosaari](http://www.urheiluhallit.fi/vuosaari)  
Vuosaarentie 5, 00980 Helsinki (alakerran tatami)
- Teema :** Dojo etiketti ja Japanin kulttuuri
- Aikataulu :**
- |                      |   |
|----------------------|---|
| <b>13.00 – 14.30</b> | <b>harjoitus</b> (tatami)               |
| <b>14.30 – 16.40</b> | vapaata keskustelua aiheesta kahvilassa |
| <b>17.00 – 18.30</b> | <b>harjoitus</b> (tatami)               |
- Varustus :** Normaali budoasu (oman lajin mukaisesti), JO, BOKKEN
- Osallistumismaksu :** 10:-€
- Majoitus:** Ei järjestettyä majoitusta.
- Leirinjärjestäjä :** Budoviikingit / Jukka Helminen

**Lisätietoja :** Jukka Helminen  
e-mail [jukka.helminen \(at\) gmail.com](mailto:jukka.helminen@gmail.com)  
puh. 050-4921958  
[www.vuosaarenyiikingit.org](http://www.vuosaarenyiikingit.org)

Huom! Harjoittelu tapahtuu omalla vastuulla. Kukin huolehtii omasta vakuutusturvastaan.  
(Suositellaan esim Aikidoliiton / Kendoliiton vakuutusta.)

**TARKISTA OMA VAKUUTUKSESI !**