



QIGONGIN JA AIKIDON PUISTOTREENIT

TAMPEREELLA LAUANTAINA 7.8. KLO 14.30-17.30
OHJAAJANA KUSTAA YLITALO

Treeniajat la 7.8.2021:

AIKIDO: klo 14.30-15.45

QIGONG klo 16.15-17.30

Osallistumismaksu:

10€/harjoitus tai 15€/ molemmat treenit

Maksetaan paikan päällä käteisellä tai tilille Kustaa

Ylitalo, OP FI13 5680 0020 3172 73, viitteeksi

”Treenipäivä Tampere”. **HUOM!** Treenejä ei kannata maksaa ennen kuin treenipäivänä mahdollisten koronasta tai säätilasta aiheutuvien muutosten takia.

Harjoituspaikka:

Arboretum Hatanpää, Hatanpään puistokuja, 33900 Tampere. Tarvittaessa sateen sattuessa hyödynnämme Seigikain Dojoa Kuoppamäentiellä.

Koronainfoa: Noudatamme Pirkanmaan Sairaanhoidopiirin, Olympiakomitean, THL:n ja Budolajiliittojen korona-suosituksia. Noudatamme harjoituksissa turvavälejä ja vältämme lähikontaktia.

HUOM! Tarkistathan vielä ennen leirille lähtöä Aikidoliiton tapahtumakalenterin leiri-infosta, ettei leirin ohjelmaan ole tullut muutoksia koronarajoitusten takia! Epävakaan sään sattuessa kannattaa varmistaa leirin ohjelma ja harjoituspaikka suoraan Kustaalta (WhatsUp, tekstari).

Varustus: Päälle vapaavalintainen, mutta sopivan mukava, väljä ja sään mukainen treenivaatetus. Aikidotreeneihin oma jo ja bokken mukaan, jos on. Leiripaikalla myös muutamia aseita lainattavissa.

Treeneihin ovat tervetulleita kaiken tasoiset harrastajat vasta-alkajista kokeneisiin konkareihin.

TIEDUSTELUT: aikijukuringha@gmail.com,

Kustaa: 040 8390 446

Yhteistyössä mukana



Aikidoseura

SEIGIKAI RY

- Positiivisen ilmapiirin budoseura -

