

Das  
Shugyo Dojo e.V.  
lädt ein:



# Aikido-Seminar

02. - 04. April 2010

mit

**Frank Ostoff**

5. Dan Aikido +  
Healing Tao Lehrer



**Thema: "Aikido und Qigong"**

**Zeiten:** **Freitag**  
11.00 - 13.00 h - Aikido  
16.00 - 17.00 h - Qigong  
17.00 - 18.00 h - Aikido

**Samstag**  
11.00 - 13.00 h - Aikido  
16.00 - 17.00 h - Qigong  
17.00 - 18.00 h - Aikido

**Sonntag**  
11.00 - 12.00 h - Qigong  
12.00 - 13.00 h - Aikido

**Wo:** Shugyo Dojo e.V.  
Conventstraße 8-10,  
Haus C, 4.OG  
22089 Hamburg-Eilbek

S-Bahnhof Landwehr  
U-Bahn Wartenau

**Kosten:** 60 Euro gesamtes Seminar - 30 Euro nur Freitag/Samstag - 10 Euro/h

Die Übernachtung ist im Dojo möglich. Herzlich willkommen!