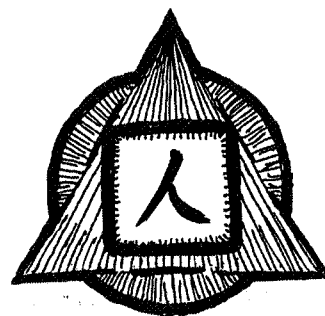


# AIKIDO ŘIČANY



Vážení rodiče,

Týdenní prázdninový program pro děti se bude konat ve dvou termínech:

Po. 15.8. – Pá. 19.8.

nebo Po. 22.8. – Pá. 26.8.

Předpokládaný program:

Dvě noci na Dojo v Říčanech, dvě noci v přírodě (podle počasí).

Badmintonový a nohejbalový turnaj.

Putovní pobyt v přírodě se cvičením, jedna nebo dvě noci (podle počasí).

Cvičení dvakrát denně: Aikido rozšířené o základy Jógy pro děti, relaxační meditace a nácvik koncentrace. Možná bude i ukázka kaligrafie.

Co budou děti potřebovat sebou:

Batož, spacák, karimatku, potřebý na táboření.

Přiměřené oblečení a boty na táboření.

Zápisník, psací potřeby, hygienické potřeby, pohodlné domácí oblečení a kimono nebo oblečení na cvičení.

Cena za týdenní program včetně stravy, ubytování a dopravy je 2 400,-Kč pro členy Dojo a 2 900,-Kč pro ostatní.

Označte prosím termín o který máte zájem, doplňte jméno a spolu se zálohou 1000,-Kč odevzdejte prosím co nejdříve.

S pozdravem

Miroslav Skala

Předseda AIKIDO KENKYUKAI ŘIČANY o.s.