



Kampkonst & Kulturförening

Dag	18-18:45/19:00	19-20	20-21	21-22	11-12	12-13	
Måndag	Barngrupp MiniSamuraj SamurajKids	Iaido	Aiki	Aiki Avancerad			4h
Torsdag	-19:00 Pensionärer SeniorSamuraj	Iaido	Aiki	Aiki Avancerad			4h
Lördag					Fys Stretch ev. extra träningar	Aiki Avancerad ev. extra träningar	2h
anteckningar					För alla elever vuxna som barn	När avtalat kan alla delta lördag 12-13	

Tameshigiri (kapning av ihoprullade stråmmattor är en aktivitet vi kommer göra var 6 vecka ungefär. Detta är en aktivitet för alla vuxna medlemmar.