

Trainingsplan (gültig ab 12. Juli 2010)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	je 1 Samstag/Monat
					<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%; text-align: center;"> 15.00 – 18.00 Aikido Themen- training </div> <div style="width: 45%; text-align: center;"> 15.00 – 17.00 laido Themen- training </div> </div>
	18.00 – 19.00 Zazen		18.00 – 19.00 Zazen		
18.30 – 19.30 Aikido Anfänger		18.30 – 19.30 laido Anfänger		18.30 – 20.00 Aikido Anfänger	
19.30 – 20.30 Aikido	19.30 – 20.30 Taiso	19.30 – 20.30 Jodo	19.30 – 20.30 Taiso		
20.30 – 22.00 laido	20.30 – 22.00 Aikido Waffentraining	20.30 – 22.00 Aikido		20.00 – 21.00 Jodo Anfänger	
				21.00 – 22.00 laido (Seitai/ZNKR)	
					www.enshiro.com