

35. Stage in Praiano

Aikido und Hojo

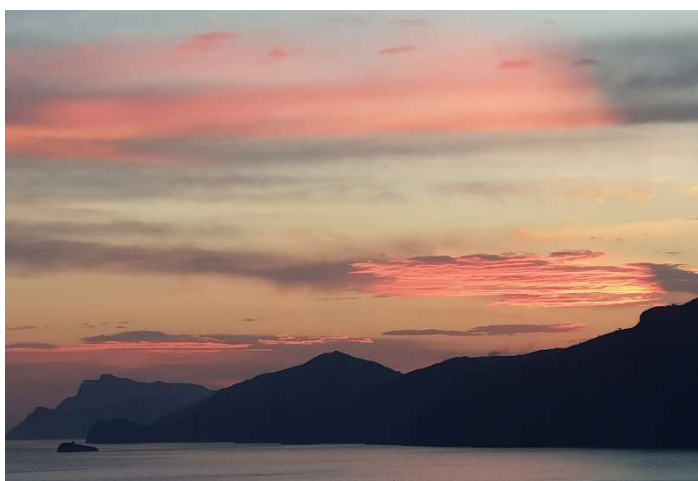
30. September bis 5. Oktober 2019



Theres Uhr
6. Dan

Lisa Heiz
5. Dan

Claudia Schiess
3. Dan



Aikido und Hojo
Bewegung und Ruhe
Sonne und Wind
Meer und Wellen
von Sonnenaufgang
bis Sonnenuntergang

PROGRAMM

- Treffpunkt Sonntag, 29. September 2019, 19.30 Uhr
Praiano, Ristorante La Strada (an der Hauptstrasse Richtung Positano)
- Praiano Montag, 30. September bis Samstag, 5. Oktober 2019
Am Vormittag: Hojo- und Aikidotraining.
Der Nachmittag steht zur freien Verfügung (Baden, Wandern, Ausflüge nach Pompeji, Capri, Positano, Amalfi).
- Mitnehmen - Hojo Bokken
- Turnschuhe (das Hojotraining findet draussen statt)

KOSTEN

Stage in Praiano CHF 300.-

Die berechneten Kosten sind pauschal (Stage und Dojo).

Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung bei späterer Anreise oder vorzeitiger Abreise.

UNTERKUNFT IN PRAIANO

Gemietetes Haus 20 Euro pro Nacht p.P.
Platz beschränkt (Reservation nach Eingangsdatum der Anmeldung), Betten vorhanden, Schlafsack mitnehmen

Hotels bzw. Wohnungen (bitte selber reservieren):

- Il Pino www.hotelilpino.it 0039 089 874 389
- Tourist office www.comune.praiano.sa.it
- Ida Aiello idaaiello@libero.it (italienisch oder englisch, Tochter von Pasquale)

INFORMATIONEN

- Lisa Heiz 076 545 88 97 / elisabeth.heiz@gmx.ch
- Bildergalerie <http://www.aikido-ikeda.ch/galerie/foto-alben/68.html>

ANMELDUNG

Die Anmeldung per Mail so früh wie möglich, spätestens bis am 11.08.2019 an:
Lisa Heiz, elisabeth.heiz@gmx.ch.

Die Kosten für das gemietete Haus sind in Praiano in Euro zu bezahlen.

Bis zum 08.09.19 kann eine bereits erfolgte Anmeldung kostenfrei storniert werden.

Bei Abmeldungen nach dem 08.09.19 sind die halben Stagegebühren zu bezahlen.

ANMELDEKARTON FÜR DEN STAGE IN PRAIANO 2019

Name..... Vorname.....

Adresse.....

E-mail.....

Tel.Nr..... Handy-Nr.....

Grad..... Hojo-Kenntnisse (Jahreszeiten)

Reservation: Übernachtung im Haus (Ja/Nein).....

Datum..... Unterschrift.....

Begleitpersonen

Namen.....

Vornamen.....

Reservation: Übernachtung im Haus (Ja/Nein).....

Bemerkungen.....

.....

Anmeldung: Lisa Heiz, elisabeth.heiz@gmx.ch

Informationen: Lisa Heiz, elisabeth.heiz@gmx.ch / 076 545 88 97