



# "SOTO" – Dalekowschodnie Centrum Kulturalno-Sportowe

ZAPRASZA NA

## ZIMOWY STAŻ AIKIDO

który poprowadzi

**Tomasz Sowiński**

5 dan Aikikai – uczeń sensei'a Tissier



**DATA:**

**14 – 18 lutego 2010r**

**MIEJSCE:**

**DOJO KAROLKOWA – Karolkowa 28 Warszawa**

**ZAJĘCIA:**

Codziennie:

- Codziennie 2 bloki zajęć:
  1. 10:00 – 11:00 I blok BUKI\* – trening z bronią
  2. 11:00 – 12:00 II blok AIKIDO
  3. 12:00 – 13:00 III blok AIKIDO

\*) AIKI-JO, AIKI-KEN, AIKI-TANTO

**CENA:** 200,-zł - udział w całym stażu

60,- zł - 1 dzień stażu

30,- zł - 1 trening – godzina

-Dla uczestników stażu po opłaceniu całego dnia/stażu wszystkie pozostałe treningi sztuk walki w dojo SOTO danego dnia/do końca stażu dostępne są bez dodatkowych opłat;

- Chcąc w pełni korzystać z treningów w Klubie i na stażu, warto ze sobą zabrać dodatkowo bokken, jo i tanto;

- Możliwość bezpłatnego noclegu na macie (proszę zabrać baaardzo ciepłe śpiwory)

**INNE:**

Prosimy zabrać jo, bokken, tanto, iaito, aktualną książeczkę zdrowia, nr PESEL, legitymację PFA

**Kontakt:** Michał Burski: [michal@soto.waw.pl](mailto:michal@soto.waw.pl) 505118636; Aleksandra Sowińska: [ola@soto.waw.pl](mailto:ola@soto.waw.pl) 502506933

**ORGANIZATOR:**

"SOTO" - Aleksandra i Tomasz Sowińscy, ul. Widawska 7 m.12, 01-494 Warszawa (PL);

tel.: +48 (22) 638 56 38 lub +48 502 506 933 lub +48 501 288 105

<http://soto.waw.pl> e-mail: [soto@soto.waw.pl](mailto:soto@soto.waw.pl)

Konto: mBank: 07 1140 2004 0000 3102 3487 3175