



RIAI FORUM

Bukiwaza nivå 1

31-kata med jo

RIAI AIKIDO DOJO inbjuder till en introduktionsdag i jo (nivå 1). På lägret går vi igenom grunderna för jo (trästav) och vårt fokus kommer att vara att gå igenom en kata på 31 rörelser, det vi kallar för 31-katan. Klubben lånar ut redskap om man inte tidigare har egna.

Vi hoppas att alla som inte tidigare tränat vapen eller kan 31-katan har möjlighet att delta. För er som vill slipa lite extra på katan är detta också ett bra tillfälle.

Söndag 11 april kl.10.00–16.00

Pass 1: 10.00–11.00, pass 2: 11.15–12.15, lunch 12.15–13.45,
pass 3: 13.45–14.45, pass 4: 15.00–16.00

(för beskrivning av nivå 1-4, ladda ner informationen från vår hemsida www.riai.se)

Plats: Oscar Fredriksskolan

Adress: Oscar Fredriks kyrkogata 5

Pris: 350:- inkl. lunch. Säg till vid anmälan om du endast äter vegetarisk mat.

Instruktör: Pia Moberg 5 dan

Anmälan: senast 8 april på info@riai.se. Anmälan är bindande. Deltagarantalet är begränsat.

Frågor och ytterligare information: info@riai.se

VÄLKOMMEN TILL RIAI FORUM!

RIAI AIKIDO DOJO