



# Aikido-Stage Appenzell

Samstag 25. November 2023

mit Fritz Heuscher Shihan, 7.Dan



Am Abend anschliessend ans Training **gemütlicher Höck mit Chäshörnli und Appenzeller Siedwurst**, für alle die möchten

(Stage-Teilnehmer und / oder Vereinsmitglieder Aikido Appenzell)

Anmeldung aus organisatorischen Gründen erwünscht.

<b>Datum</b>	<b>Samstag, 25. November 2023</b>	
Ort	AIKIDO Appenzell, <b>Sportanlage Schaies</b> Weissbadstrasse 67 9050 Appenzell	
Kosten	Fr. 30.- (ganzer Stage) / Fr. 15.- (einzelnes Training) Kosten Mittagessen individuell Kosten Chäshörnli und Siedwurst Fr. 10.-	
Programm	10.00 – 12.00 Uhr	Aikido Training
	12.15 – 14.00 Uhr	Mittagspause
	14.30 – 16.00 Uhr	Aikido Training
	ab 16.15 Uhr	Gemütliches Beisammensein
<b>Anmeldung bis 21.11.2023:</b>	<b>erika.bischofberger@aikido-appenzell.ch</b> Bitte teilt mir bei der Anmeldung mit, wer am Stage teilnimmt und wer zum Höck bleibt.	