Stundenplan AIKIDO-DOJO FORCHHEIM

im ÜR 1 (Übungsraum 1/Mattenraum) und im ÜR 2 (Übungsraum 2/Gymnastikraum)
Gültig ab: 26.01.2025 (Aikido-, WingTjungKungFu- und Feldenkrais-Kurse in der Schulferienzeit reduziert, VHS-Kurse nur zu den Kurszeiten der VHS FO).

Legende: Aikido WingTjung KungFu Allg. VHS-Kurse Feldenkrais Partnermassage Orientalischer Tanz

Vormittag:										
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag				
09.30 - 10.30 Uhr ÜR 1 "Feldenkrais" (Madlen Hiller)				08.45 - 09.45 Uhr ÜR 1 - VHS-Kurs "Pilates-Training" (Birgit Kaletsch) ab 21.02.25 (10 x)	09.00 - 09.45 Uhr ÜR 1 WingTjung KungFu Kinder (Klaus Ahlborn) 09.45 - 10.30 Uhr ÜR 1 WingTjung KungFu Stock/Schwert (Winfried) 10.30 - 12.00 Uhr ÜR 1 WingTjung KungFu Jugendl./Erw. (Klaus/Winfried)	10.00 - 12.00 Uhr ÜR 1 – AIKIDO Anfänger/ Fortg. Erwachs./Jug. (Susanne) nur jeden 2. Sonntag im Monat				

Nachmittag/Abend:										
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag				
	13.30 - 15.00 Uhr ÜR 1 – AIKIDO- Waffentraining Anfänger/Fortg. Erwachs./Jug. (Rudi)		16.45 - 17.45 Uhr ÜR 1 WingTjung KungFu Kinder		10.00 - 13.00 Uhr ÜR 1 WingTjung KungFu (Klaus Ahlborn) Sonderkurs nur am 15.02.25	16.00 - 19.00				
17.30 - 18.30 Uhr ÜR 1 "Feldenkrais" (Madlen Hiller)	17.30 - 19.00 Uhr ÜR 1 AIKIDO Kinder (8 - 13 J.) (Julia & Markus)	17.00 - 19.00 Uhr ÜR 1 AIKIDO Anf./Fortg. Erwachsene (Günther) VHS-Anfänger-Kurs 19.02 02.04.25 (Rudi)	(Klaus Ahlborn) 18.00 - 19.15 Uhr ÜR 1 - ab 18.55 Uhr ÜR 2 WingTjung KungFu- Anfänger VHS-Kurs ab 20.02.25	17.30 - 19.00 Uhr ÜR 1 AIKIDO Kinder (8 - 13 J.) (Julia)	13.30 - 15.00 Uhr ÜR 2 Orientalischer Tanz VHS-Kurs – 3 x (nur am 17., 24. und 31.05.25) (Claudia Brose) 14.00 - 15.30 Uhr + 16.00 - 17.30 Uhr ÜR 1 – Eintägige Workshops: Aikido-Familien- Training (nur am 15.03.25) (Hélène) Aikido-Waffen-Kurs (nur am 29.03.25), (Rudi)	Uhr – ÜR 1 VHS-Kurs Partner-				
19.15 - 21.15 Uhr ÜR 1 – AIKIDO Fortgeschrittene Erwachs./Jugendl. (Rudi)	19.15 - 21.15 Uhr ÜR 1 – AIKIDO Anfänger/Fortg. Erwachs./Jugendl. (Bernd)		(8 x) (Klaus Ahlborn) 19.15 - 21.15 Uhr ÜR 1 – AIKIDO Anfänger/Fortg. Erwachs./Jug. (Rudi) VHS-Anfänger-Kurs 20.02 03.04.25 (Klaus)	19.15 - 21.15 Uhr ÜR 1 – AIKIDO mit SHIATSU Anfänger/Fortg. Erwachs./Jugendl. (Hélène)						