

HIKARI



HARJOITUSPÄIVÄ (Mugai Ryū)

lauantai 9. maaliskuuta 2024

Stadin ammattiopisto, Nilsiäkatu 3, 00510 Helsinki

Ohjelma:

| | |
|----------------------|--|
| 9:30-10:00 | Ovet auki |
| 10:00-10:45 | Go-yō & Hashirigakari |
| 10:45-11:00 | Tauko |
| 11:00- 12:00 | Iai-no-kata |
| 12:00 – 12:30 | Ruokatauko |
| 12:30-13:15 | Go-ka & Go-ō |
| 13:15-13:30 | Tauko |
| 13:30 – 14:15 | Vapaaharjoitus & Kihon dōsa |
| 14:30-16:00 | Mugaikain iaidograduointi |

Samassa salissa harjoittelemassa Muso Shinden ryun, Mugai ryun, Shinto Muso ryun ja Niten Ichi ryun harjoitusryhmät. Harjoitusten sisältö ja tauot opettajien ohjeiden mukaan. Aikataulua voidaan muuttaa tilanteen vaatiessa.

Ohjaajat: Kunkin koulukunnan ja tyyli-suunnan opettajat Hikarista

Hinta: 20 €, maksu Hikarin tilille: FI38 1271 3000 3068 07

Merkitse viestiin nimesi sekä "Hikarin harjoituspäivä"

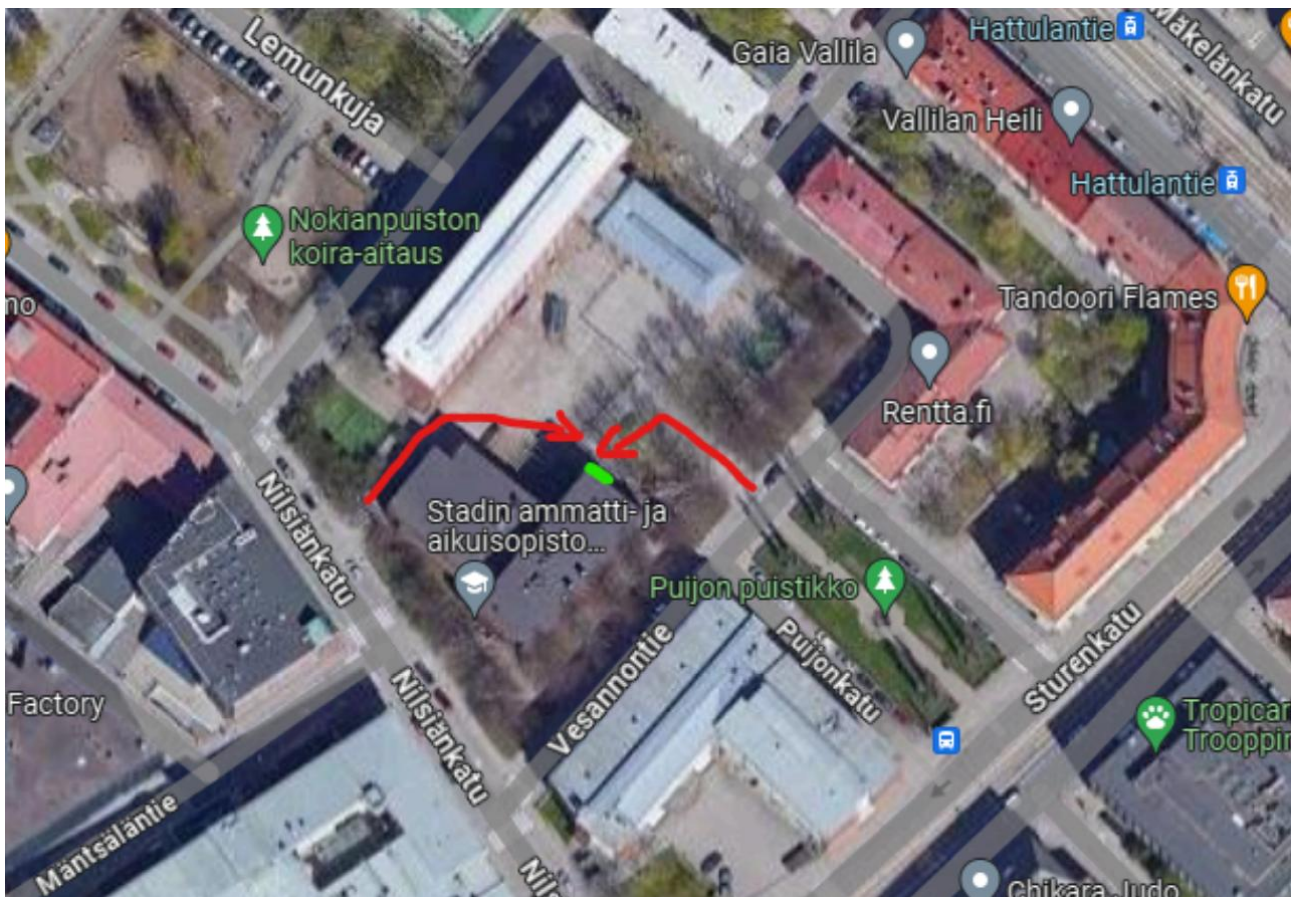
Osallistuminen: Avoin kaikentasoisille harjoittelijoille.

Vakuutukset: Jokainen huolehtii omasta vakuutusturvastaan.

Varusteet: Normaali harjoitusasu, koulukunnan mukainen aseistus

Lisätietoja: Joonas Tuominen, 050 400 3985 tai iaido@hikari.fi

Katso seuraavalta sivulta tarkemmat saapumisohteet treenipaikalle.



Sisäänkäynti koulun pihalle on merkitty punaisilla nuolilla, harjoitussalin ovi merkitty vihreällä. Maksullisia parkkipaikkoja löytyy kaduilta koulun ympäristöstä