



	ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ
07:00 – 08:00	ДЗЕН медитация и дихателни упражнения			ДЗЕН медитация и дихателни упражнения			
08:00 – 09:00						ДЗЕН	
10:30 – 13:00						НИШИО	
12:00 – 13:00			ДЗЕН медитация и дихателни упражнения				
15:00 – 16:00							
17:00 – 18:00							Айкидо на английски
17:45 – 18:30		АЙКИДЕЧКОВЦИ деца 3-6 години					
18:00 – 19:00	* ДЕЦА напреднали * 8-седмичен курс * НАЧИНАЕЩИ		АЙКИДЕЧКОВЦИ деца 3-6 години		* ДЕЦА напреднали * 8-седмичен курс * НАЧИНАЕЩИ		* ДЕЦА 6-9години * СЕМЕЙНО айкидо
18:30 – 19:30		* ДЕЦА 6-9години * СЕМЕЙНО айкидо		* ДЕЦА 6-9години * СЕМЕЙНО айкидо			
19:00 – 20:00	ОБЩА ГРУПА Кю 6 и нагоре		ОБЩА ГРУПА Кю 6 и нагоре		ОБЩА ГРУПА Кю 6 и нагоре		
20:00 – 21:00	Оръжия	НИШИО Айкидо	НАПРЕДНАЛИ Кю 3 и нагоре	НИШИО Айкидо			
21:00 – 23:00	Жоро Брадата		Жоро Брадата		Жоро Брадата		

- АЙКИДЕЧКОВЦИ - в тази група детето задължително тренира с един от родителите.
- ДЕЦА 6-9 години и СЕМЕЙНО айкидо – в тази група детето тренира само или с родител.
- 8-седмичен курс за начинаещи – всеки на възраст на/д 9 години е добре дошъл в тази група.
- ДЗЕН медитация и дихателни упражнения – в тази група има възрастово ограничение от навършени 12 години.