



SOTO - Dalekowschodnie Centrum Kulturalno-Sportowe
Ogólny Rozkład Zajęć: SZTUKI WALKI, samoobrona - zajęcia otwarte, AKROBATYKA, KABADDI

WAŻNY OD:
2017-05-01

Dojo: DURACZA 23 / Sale z matą												
godz./dzień	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK		SOBOTA	
	SALA SD1	SALA SD2	SALA SD1	SALA SD2	SALA SD1	SALA SD2	SALA SD1	SALA SD2	SALA SD1	SALA SD2	SALA SD1	SALA SD2
8:30-10:00												WOLNA MATA *) **) tylko rejestracja on-line - min. 5 osób Instruktorzy SOTO
10:00-11:00												KABADDI Z grupa mistrzowska M.Śpiczko
11:00-11:30												
17:00-18:00	AKROBATYKA - DZ 6 - 11 lat A.Szczepanowski	AIKIDO -DZ2 8 - 11 lat J.Grotowski		AIKIDO -DZ1 4 - 7 lat A.Sowińska		AIKIDO -DZ2 8 - 11 lat A.Sowińska					AIKIDO -DZ1+DZ2 8 - 12 lat A.Sowińska	
18:00-19:00	AKROBATYKA - ML 12 - 15 lat A.Szczepanowski	KARATE P+Z (14+) T.Onyszkiewicz	KOBUDO P M.Korbecki		AIKIDO P+Z T.Sowiński	AIKIDO -ML 10-15 lat A.Sowińska			AIKIDO P+Z T.Sowiński		MUAY-THAI P + Z Rafał Simonides	
19:00-19:30	Aikido P+Z Instruktorzy SOTO	JU-JITSU P+Z M.Dawidowicz	MUAY-THAI P + Z Jakub Krasuski		AIKIDO Z T.Sowiński	AKROBATYKA - ML 12 - 15 lat A.Szczepanowski			AIKIDO Z+ od 3kyu T.Sowiński		JU-JITSU / Samoobrona P+Z/K.Dawidowicz	
19:30-20:00			KABADDI Z grupa mistrzowska M.Śpiczko		KEN-JUTSU P+Z W.Orlicz	AKROBATYKA P + Z A.Szczepanowski		KABADDI Z grupa mistrzowska M.Śpiczko			KEN-JUTSU P+Z T.Sowiński	
20:00-21:00	AKROBATYKA P + Z A.Szczepanowski	KYUDO P										
21:00-22:00												

P - Początkujący Z - Zaawansowani DZ - Dzieci ML - Młodzież; *) - prosimy o sprawdzenie terminu zajęć przed przyjściem na soto.waw.pl/rozklad lub telefonicznie; **) - zawsze jest instruktor odpowiedzialny, wstęp = 1 wejście z kametu; min. 5 osób, aby zajęcia się odbyły

soto.waw.pl © SOTO 2017