



Programm des WORKSHOP's

3 Jahre AROHA®



Einlass ab 14.00 Uhr

Jeder kann mitmachen

- Begrüßung
- **AROHA® Teil 1**
Meditative Kata, Warm up, Hauptteil
- Pause
- **KAHA® in Motion**
- **KAHA® Track Nr. 2** – Die Schwingen des Kranichs
- **AROHA® Teil 2**
- **KAHA® Track 4** – Die Schlangenarme
- Ausklang, Informationen

Sporthalle der Geschwister-Scholl-Schule

Hadrianstr. 18, 60439 Ffm-Römerst.

11. Juni 2016, 14.30 – 17:30 Uhr

Trainerin: Dana Soukup

Teilnahme kostenlos

Anmeldungen bei Dana: 069/587513

E-Mail: dana.soukup@web.de

Wir freuen uns auf alle, die diese wunderbare Sportart ausprobieren wollen.

Mitzubringen sind: Sportbekleidung, Sportschuhe, Handtuch und gute Laune