



Pfingst-Online- Lehrgang 2021

Wer Pfingsten nicht auf ein Otterndorf-Revival verzichten möchte – hier kommt die Ausschreibung:

▶ Montag, der 24. Mai 2021
7.30 Uhr bis 16 Uhr

7.30 - 8 Uhr	Zazen	
9 - 10.30	Training	(alle Graduierungen teilweise in getrennten „Breakrooms“)
11 - 12	Go-Spiel	wenn Bedarf ist – Anleitung und kleines Online-Spiel
14 – 15.30	Training	
15.30- 16	Tabata	und Cool Down

Die Kosten für den LG betragen **20-30 €**

Jeder möge bitte je nach seinen Möglichkeiten und wie viel ihm persönlich der Lehrgang wert ist, eine entsprechende Lehrgangsgebühr überweisen.

Anmeldung **per Email** an mich, um den Zoom-Link zuzuschicken! **und** durch **Überweisung** der LGs-Gebühr sobald wie möglich, spätestens bis zum 21.5. durch Zahlung auf das

Konto ▶ **WD Wichmann IBAN DE792802 0050 4652 6786 01**

oder über **PayPal** an wolf@budo-club.de

Nach Eingang der LGs-Gebühr wird am 23.5. abends der Link zur Zoom-Teilnahme geschickt

Liebe Grüße – wir lassen uns nicht unterkriegen!! ☺

Wolf-Dieter

Infos und Anfragen an

Wolf-Dieter Wichmann wichmann@budo-club.de www.budo-club.de