

Stage de rentrée

Aïkido

Initiation, découverte, remise en forme, fondamentaux

Dimanche 17 septembre 2023



Dirigé par

Marc Senzier

Enseignant professionnel
DEJEPS

5° Dan Aïkido UFA

4° Dan Aïkikai de Tokyo

4° Dan Iaïdo CNK-FFJDA

Accessible aux grands débutants

Dojo E. Mazaudier
Rue du Romarin. 34160 Castries

10h00-11h30

Aïki-Taïso

Corps, Souffle, Énergie

Aïkido

Techniques fondamentales
suivi d'un Pot de l'amitié

Stage gratuit, pris en charge par les clubs

Ouvert aux adultes et adolescent de plus de 15 ans

Se présenter 15 mn avant le début du cours !

Organisation :

Aïkido Clubs de Castries, de Castelnau Kihon Gi Budo Kaï et de St Mathieu de Tréviers

Renseignements, pré-inscriptions :

☎ 06 70 19 03 97 🌐 <http://aikiryu.free.fr>

神道合気流

合気道

合気剣

合気杖

剣術

居合道