

# AÏKIDO en Ariège-Pyrénées

## 10° STAGE DE PENTECÔTE

### Les 18-19 et 20 Mai 2024



Mont Valier © R. Gayraud

Animé par **ROGER GAYRAUD** 6° dan Takemusu Aïki-UFA

Élève direct de Soke Takeji TOMITA depuis 1995 .

DOJO du Foyer Rural 11, Av de la Baraque 09140 SEIX

山合気道場

武産合気



samedi 18 et Dimanche 19 Mai

Lundi 20 Mai

7h30 à 8h30 Taï-jutsu  
9h30 à 12h00 Aïki-Jo  
15h30 à 16h30 Aïki-Ken  
16h30 à 17h00 Tanto Dori

7h30 à 8h30 Taï-jutsu  
9h30 à 12h00 Aïki-Jo  
15h00 à 16h00 Aïki-Ken  
16h00 à 16h30 Tanto Dori

**PARTICIPATION AU STAGE 40€**

**Bokken et Jo indispensables**

**ATTENTION ! PLACES LIMITÉES**

**A 20 PARTICIPANTS**

Conditions d'inscriptions : Praticants tous niveaux à partir de 14 ans licenciés et assurés, toutes Fédérations ou groupes.



**AÏKI DOJO DE LA MONTAGNE**

**06 72 89 23 89** aikidojodelamontagne09@orange.fr