Stage de rentrée

Aïkido

Initiation, découverte, fondamentaux

Accessible aux débutants

神道合気流

合気道合気剣合気杖剣術居合道

Dimanche 21 septembre 2025

Découverte

Stage dirigé par
Marc Senzier
Enseignant professionnel DEJEPS
5° Dan Aïkido, 5° Dan Aïkikaï
5° Dan DNBK, 4° Dan Iaïdo

Dojo E. Mazaudier
Rue du Romarin
34160 Castries

Énergie

10h00-11h30

Aïki-Taïso
Corps, Souffle, Énergie
Aïkido
Techniques fondamentales

suivi d'un Pot de l'amitié

Rencontre

Stage gratuit, offert par les clubs
Adultes et adolescent de plus de 15 ans

Pour les néofites, merci de se présenter
15 mn avant le début du cours !

Organisation :
Aïkido Club de Castries
Aïkido-Castelnau Kihon Gi Budo Kaï
Aïkido ClubSt Mathieu de Tréviers

MAIF

Renseignements, pré-inscriptions :
06 70 19 03 97 https://www.shindoaikiryu.com/