

Cours

Selfdéfense

Féminine

Construction d'un répertoire technique adapté
Utilisation des principes spécifiques de l'Aïkido
Respiration, Energie, Bien-être



Dirigés par
Marc Senzier
Enseignant professionnel D.E.
5° Dan Aïkido FFAA
4° Dan Aïkikaï de Tokyo
3° Dan Iaido CNK-FFJDA
DEJEPS

3 cours sur la saison 2017/2018

Samedi 14 octobre 2017

Samedi 27 janvier 2018

Samedi 24 mars 2018

Dojo E. Mazaudier. Rue du Romarin. 34160 Castries

Horaire: 14h-16h

Tarifs : 25 euros le cours ou 65 euros le forfait 3 cours

Ouvert à toutes (et à tous)

Pré-inscription requise

Prévoir une tenue souple et ample

Les participant(e)s sont tenus de respecter les consignes de sécurité

L'organisateur se réserve le droit d'annuler en cas de participation insuffisante,
les pré-inscriptions seront alors intégralement remboursée



Organisé avec le concours
de l'Aïkido Club de Castries
Club affiliés à la F.F.A.A.A

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