

Cours

Selfdéfense

Féminine

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



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

Samedi 24 mars 2018

Dojo E. Mazaudier. Rue du Romarin. 34160 Castries
Horaire : 14h. - 16h.

Tarifs : 25 euros. 20 euros à partir de la 2° participation
Membres licenciés : 15 euros.

Thème : Techniques spécifiques

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>