

AÏKIDO YOSHINKAN

Stage 10/11 FÉVRIER

合
気
道

養
神
館

SAMEDI

09H00 - 12H00

15H00 - 16H15

(COURS DECOUVERTE GRATUIT)

16H30 - 18H00

DIMANCHE

09H00 - 12H00

15H00 - 18H00

DOJO DE SAINT GENIES BELLEVUE

Gymnase - Chemin de l'enguille

31180 Saint Genies bellevue

INSCRIPTIONS AU

TEL : 06 61 15 16 60

MAIL : yoshinkansgb@gmail.com

Stage ouvert à tous et à toutes dirigé par
Jacques MUGURUZA Sensei, 8ème Dan

L'aïkido est un art martial japonais qui a pour principe de se servir de la force du partenaire en utilisant essentiellement des mouvements circulaire dans les déplacements pour contrôler, projeter et neutraliser.

L'Aïkido ne comporte pas de compétition et respecte parfaitement le sens de flexion naturel des articulations.

Il aide à développer : assurance, maîtrise de soi, concentration, précision, force de caractère, justice et sagesse.