

# AÏKIDO YOSHINKAN

## Stage 09/10 FÉVRIER

合  
気  
道

養  
神  
館

### SAMEDI

09H00 - 12H00  
15H00 - 18H00

### DIMANCHE

09H00 - 12H00

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](mailto: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.