

Portes ouvertes Aïkido

Adultes : 5, 8 et 12 septembre 2017*
Enfants & Ados : 6 septembre 2017*

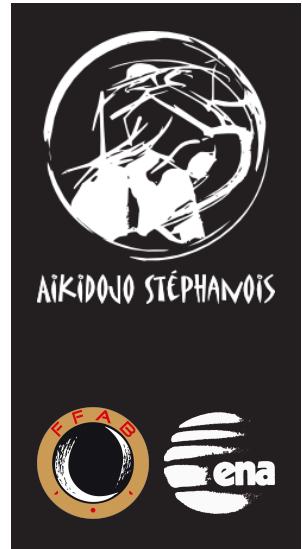
* aux heures de cours habituelles (voir ci-dessous)

Gymnase Paul Michelon - Saint Étienne

Informations : 06 01 92 41 94 - 04 77 47 33 54

<http://aikidojo.stetienne.org>

contact@aikidojo.stetienne.org



Un art martial, une autre manière d'être

Techniques à mains nues et avec armes (bokken, jō, tantō),
travail respiratoire, relâchement et énergie internes.

Aïkido adultes

Mardi : 18h15 - 21h45

Vendredi : 18h15 - 19h45 (Shiatsu)
20h00 - 21h45

Enseignant : Xavier Boucher 5^{ème} DAN BE
Chargé d'Enseignement National

Aïkido enfants & ados

Mercredi

17h00 - 18h30 : Cours enfants
17h30 - 19h00 : Cours ados

Enseignants : Gaétan Giuliani 2^{ème} DAN,
Valmon de Almeida 2^{ème} DAN BF

