

STAGE D'AÏKIDO

ALAIN WEBER
DEJEPS
4 DAN



A COGNIN

STAGE DÉBUTANT.E
DIMANCHE 10 DÉCEMBRE

10h00-12h00 14h00-16h00

JE TRAVAILLE MES BASES
MES PRINCIPES ET MES UKEMIS

*Vous n'avez pas besoin d'être performant pour commencer
mais vous devez commencer pour l'être.*

REPAS PARTAGÉ SUR PLACE

POUR CEUX QUI LE DÉSIRENT

PARTICIPATION 10 €

**ACCESSIBLE DÈS
LA PREMIÈRE ANNÉE
DE PRATIQUE**

**GYMNASSE HENRI BORDEAUX
ROUTE DE L'ÉPINE
73160 COGNIN**

**CONTACT:
06 41 85 89 30**

contact@aikido-cartusiana.fr