

AIKIDO

ART MARTIAL TRADITIONNEL, NON VIOLENT, ACCESSIBLE À TOUS

ART MARTIAL
ART DE VIVRE

DÉTENTE
MAÎTRISE DE SOI

SOUPLESSÉ
ENTRETIEN PHYSIQUE



JEUDI 4 DÉCEMBRE À 19H30
SÉANCE DÉCOUVERTE
dans le cadre du Téléthon

DOJO DE MONTARDON

o STAGE o

AVEC RÉMY FOURASTE



DIMANCHE 14 DÉCEMBRE

10h-12h30 | 14h-17h