

AÏKIDO en Ariège Pyrénées

4° STAGE DE PÂQUES

7, 8, 9 avril 2012

Mont Valier

Animé par **ROGER GAYRAUD** 5° dan Takemusu Aïki
Foyer Rural 11, Av de la baraque 09140 SEIX

Cours et Horaires :

SAMEDI 7
DIMANCHE 8 :

7h à 8h Aïki-Jo
9h30 à 12h Tai-jutsu
15h30 à 17h Aïki-Ken

LUNDI 9:

7h à 8h Aïki-Jo
9h30 à 12h Tai-jutsu
14h30 à 16h Aïki-Ken

Horaires Susceptibles d'être modifiés en fonction de la météo

PARTICIPATION STAGE COMPLET 30€

Nés entre 1993 et 1997 ...15€

Conditions d'inscriptions Praticquants tous niveaux à partir de 14 ans licenciés et assurés, toutes Fédérations, groupes et écoles d'Aïkido

Bokken et jo indispensables

IMPORTANT : Ne pas oublier vos passeport sportifs, licences et certificats médicaux.

Renseignements :

AÏKI DOJO DE LA MONTAGNE

05 61 66 08 95 ou 06 72 89 23 89

aikidojodelamontagne@orange.fr - www.aikidojodelamontagne.fr

