Takemusu Iwama Saito sensei

Koshukai mensuels

Ouvert à tous les pratiquants d'aikido

Aikido

eric savalli

5e Dan Iwama - élève de D. Toutain et H. Saito Sensei

Chateauneuf de Grasse

Dojo Salle MASET

PROGRAMME

09h00 – 09h30	**Méditation / ChinKon**
09h30 – 10h00	Etudes des **Suburi**
10h00 – 11h00	**Buki Waza** (armes)
11h00 – 12h00	**Taijutsu** (mains nues)
Après-midi	Entrainement libre selon demande

DATES

Sam. **04 Sep.** 2010
Dim. **24 Oct.** 2010
Sam. **06 Nov.** 2010
Sam. **06 Déc.** 2010
Sam. **08 Jan.** 2011
Sam. **05 Fév.** 2011
Sam. **05 Mar.** 2011
Sam. **02 Avr.** 2011
Sam. **14 Mai** 2011
Sam. **04 Jui.** 2011

PARTICIPATION

1 heure **5 €**
3 heures **15 €**

LIEU

Dojo de la salle Maset
Châteauneuf de Grasse
(voir plan d'accès sur site web)

CONTACT

Aiki Dojo Azur
contact@aikidojo.fr
http://aikidojo.fr

06 60 42 26 32

aikidojo.fr