

## AIKIDO COG GARGENVILLE

Art martial japonais traditionnel, pratiqué sans compétition, son enseignement se base sur des principes d'équilibre des énergies et le respect du partenaire.

Le pratiquant étudie les principes de base propres aux arts martiaux : déplacements, esquives, saisies, distances. Il aborde de travail à mains nues, les techniques d'immobilisation, de projection, et également le travail des armes (aikiken et aikijo) dans le cadre du dojo.

VENEZ PRATIQUER L'AIKIDO au COG GARGENVILLE

Le lundi soir de 20 h à 21h30 au dojo du Parc d'Hanneucourt

Reprise des cours le lundi 11 septembre 2023

Renseignements au 06 74 71 02 61

Tarifs :

licence 58 euros (s'inscrire et régler sur le site aikido. fr)

affiliation AIFA 18 euros (chèque à l'ordre de l'AIFA)

Cotisation annuelle 39 euros (Gargenvillois)/54 euros (Extérieur ) par chèque à l'ordre du COG AIKIDO