

合気道

Aïkido Club Villejuif



Pascal Marcias
6ème Dan

Emiko Hattori
4ème Dan

PORTES OUVERTES DE L'AÏKIDO CLUB VILLEJUIF

DU 28 MAI AU 2 JUIN

Ouvert à tous
enfants / ados/ adultes
lundi - mercredi - samedi



Intégrité



Harmonie



Energie vitale



Vigilance



Art martial

*«L'aïkido apprend à utiliser la force et l'énergie
de son aïssaillant en l'utilisant contre ce dernier.
Il s'agit de décourager ce dernier et non de le détruire.»*


合気道

Aïkido Club Villejuif



Discipliner le corps et l'esprit afin de développer confiance et bien-être au quotidien

Horaires

	LUNDI	MERCREDI	SAMEDI
ENFANTS (à partir de 6 ans)	18h00-19h00	16h30-17h30	9h30-11h30 - Pratique mixte tout âge A partir de 12h00 - Pot de clôture des portes ouvertes 
	45 min Initiation à la pratique 15 min discussion		
Gymnase	Guy Boniface	Louis Pasteur	
ADOS (à partir de 11 ans)	19h15-20h15	17h30-18h30	
	45 min Initiation à la pratique 15 min discussion		
Gymnase	Guy Boniface	Louis Pasteur	
ADULTES (à partir de 15 ans)	20h30-22h30	20h00-22h00	
	1h30 d'initiation à la pratique 30 min de discussion		
Gymnase	Guy Boniface		

Programme

Lundi : Découvrir les règles de la pratique de l'aïkido

Mercredi : S'initier aux principes fondamentaux de l'aïkido et à son efficacité martiale

Samedi : Pratiquer les armes (sabre, bâton, couteau en bois)

Accès

Gymnase Guy Boniface : 32 avenue Louis Aragon 94800 Villejuif

 Villejuif Louis Aragon

Gymnase Louis Pasteur : 58 rue Pasteur 94800 Villejuif

 Villejuif Léo Lagrange

Liens&contacts