

AIKIDO

Daniel LEGROS

5ème DAN, BE1. Jury DAN & BF.



Cours de bases Débutants privilégiés.

(DAN pouvant être présents)

Samedi 4 Mai 2019

10h00-12h00

14h00-16h00

Programme : Déplacements, distance de sécurité,
Sens du danger et réaction de l'Uke

Participation : La journée 10€. La 1/2 journée 5€.
Possibilité de repas partagé sur place.

Dojo de Cognin 73160, route de l'Epine, Gymnase Henry Bordeaux
Tel : 06 83 87 79 06. Site : aikidocognin.fr