

Tableau des cours du dimanche matin

10h-12h

Octobre 2024 à février 2025

Dimanche 6 octobre : aikido / shiatsu

Dimanche 20 octobre : Aïkido / Fondamentaux

Dimanche 3 novembre : Aïkido / iaido

Dimanche 17 novembre : Aïkido / shiatsu

Dimanche 8 décembre : aikido / Fondamentaux

Dimanche 15 décembre : Aïkido / Iaido

Dimanche 5 janvier : Aïkido / shiatsu

Dimanche 19 janvier : aikido / Fondamentaux

Dimanche 9 février : aikido / shiatsu

Dimanche 23 février : aikido / iaido

Les cours sont ouverts à tous les pratiquants du Dojo quel que soit leur grade ou ancienneté.

Pour les cours de shiatsu, merci de prévoir un tee-shirt et une serviette.

Pour les cours d'Aïkido/Iaido, prévoir un bokken et une saya (le Dojo en dispose également)

RAPPEL : les cours thématiques du dimanche matin s'inscrivent totalement dans la continuité du travail proposé au Dojo les mercredis et vendredis soirs. Chacun veillera, en fonction de sa disponibilité, à participer régulièrement à l'ensemble des cours proposés.