

# Tableau des cours du dimanche matin

## 10h-12h

Novembre 2025 – Décembre 2025 – janvier 2026

Dimanche 23 novembre : aikido / fondamentaux
Dimanche 30 novembre : Aïkido / iaïdo
Dimanche 7 décembre : Aïkido / iaïdo
Dimanche 14 décembre : stage de ligue
Dimanche 21 décembre : Aïkido / shiatsu
Dimanche 28 décembre : Aïkido / fondamentaux
Dimanche 4 janvier : Aïkido / iaïdo
Dimanche 11 janvier : aikido / shiatsu
Dimanche 18 janvier : aikido / fondamentaux
Dimanche 25 janvier : aikido / iaïdo
Dimanche 1er février : aikido / fondamentaux

*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/iaïdo, 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.