

# Tableau des cours du dimanche matin

## 10h-12h

Février-mars-avril 2026

Dimanche 8 février : Aïkido / Iaido
Dimanche 15 février : Aïkido / Shiatsu
Dimanche 22 février : Aïkido / Fondamentaux
Dimanche 8 mars : Aïkido / Iaido
Dimanche 15 mars : Aïkido / Shiatsu
Dimanche 22 mars : Aïkido / Iaido
Dimanche 29 mars : Aïkido / Fondamentaux
Dimanche 05 avril: Aïkido / Iaido
Dimanche 12 avril: Aïkido / Shiatsu
Dimanche 19 avril : Aïkido / Fondamentaux
Dimanche 26 avril : Aïkido / 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'Aikido/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.