

La pratique est orientée vers l'éveil corporel, c'est la découverte sur le mode du jeu du mouvement avec un petit groupe dans l'espace protégé du dojo. Cet atelier est animé par les élèves-instructeurs sous la direction de Anne Ducouret Dejeps d'aïkido.

**Lundi de 17h00 - 18h00**

Â – Tarif : 220 euros, apporter copie de l'assurance familiale et certificat médical.

Â

