

AïKIDO REZE

LA VOIE DE L'HARMONIE



asbr.aikido.free.fr

L'Aïkido c'est quoi?

L'Aïkido est un art martial japonais que Morihei Ueshiba (1883-1969) fonda alors qu'il avait 40 ans, après avoir pratiqué diverses disciplines comme la lance, le sabre et différentes écoles de ju-jitsu. Il avait alors la préoccupation de créer une discipline humaniste qui rapproche les gens plutôt que de les diviser et les opposer. L'Aïkido se pratique essentiellement à mains nues et se présente sous forme de projections ou immobilisations dans le respect de l'intégrité du partenaire.

Horaires des cours

Lundi		20h30 / 22h00
Mercredi	(Armes)	19h00 / 20h00 20h00 / 21h00
Vendredi		20h30 / 22h00

L'A.S.B.R Aïkido vous accueille dès 16 ans. Les cours commencent début septembre. Pour tous renseignements concernant le tarif, les modalités d'inscription et le matériel nécessaire veuillez vous rendre sur la page Inscriptions du site asbr.aikido.free.fr ou contacter le **06 51 06 81 07**.

A.S.B.R Aïkido
11 rue de la
GALARNIERE
44400 REZE
plan d'accès sur le site



AÏKIDO
REZE