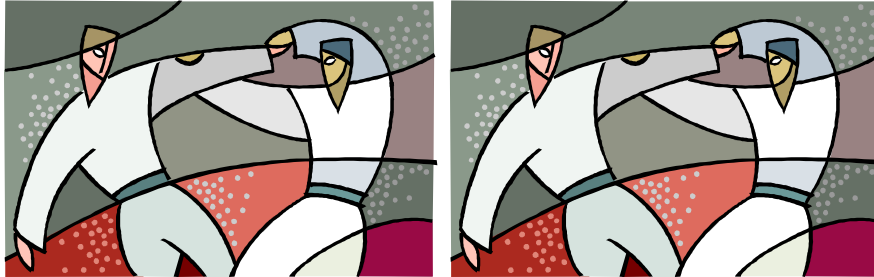


Stage Paris 13^{ème} Le 4 mars 2012



ZEN AIKIDO



Association Nakaima

www.nakaima.com 06 12 10 64 19

Journée de découverte et pratique association Nakaima
OUVERT A TOUTES ET A TOUS Débutant et Avancés

Cours animés par Jérôme Guillerand pratique ces disciplines depuis 1976

Inscription souhaitée au 06 12 10 64 19

Ce stage est ouvert a toutes et tous

Et permet de découvrir ou progresser

dans des disciplines complémentaires toutes basées sur l'unité corps-esprit
adaptées à la vie de la cité, source de vitalité et de force tranquille.

Horaires / lieux

matin 8h zazen(meditation)

Aikido 9h /10h30 et 10h30/12 h

Gymnase 3 rue caillaux 75013 Paris

12h 14h déjeuner convivial dans le quartier chinois pour ceux qui le souhaitent

Après midi Aikido 14h/15h

15h /16h et 16h 17h

Stadium 66 av. D'Ivry 75013 Paris

Tarifs :non adhérents Cours 30 € journée

Adhérents 25 € journée

Prochain stage le 10 juin 2012