

AIKIDO

Un art martial pour tous
Opposé à toute idée de violence et de compétition.

Venez essayer !



JEUNES

- Concentration
- confiance en soi
- Gestion de l'espace



EPA-ISTA

FEMININES SENIORS

- Un excellent entretien physique
- Une bonne self-défense
- Correction des mauvaises postures
- Augmentation des aptitudes articulaires

AIKIDO-VIEUX-BOUCAU

Salle-Omnisports

Mercredi / Vendredi : 20h.

Tel. 06-81-38-10-29

www.aikidolandes.com

Inscriptions toute l'année