

LA MILESSÉ

Stage d'aïkido samedi

Face au succès des stages précédents, le club d'aïkido de La Milesse (ARA) invite à nouveau Léo Tamaki, samedi 16 Janvier. Dans ses séances, il propose des techniques réalisées sans effort, de la façon la plus directe et la plus courte possible, en éliminant toute fioriture afin qu'il ne reste que l'efficacité sans force. Il corrige aussi bien le débutant que le plus confirmé.

Horaires : de 10 heures à 12 h 30 et de 15 heures à 17 h 30. Pour plus d'informations : <http://ara72.free.fr>

