

AU NORD DU MANS

MAINE LIBRE

Vendredi 11 Mars 2011

LA MILESSÉ

Un stage d'aïkido

Samedi 19 mars (10 heures -12 heures et 15 heures - 17h30), l'Aïkido Ryu Antonnière et l'Allonnes Sarthe Aïkido organisent un stage au dojo de La Milesse. Il sera animé par Marie-Christine Verne, 5^e dan, cadre enseignante de la Fédération française d'Aïkido et de Budo. Les deux clubs convient les pratiquants d'aïkido de tous horizons à les rejoindre sur le tatami. Les femmes ont leur place dans cet art martial japonais dont la pratique est basée sur le respect du partenaire. En aïkido, le but est de déséquilibrer l'autre en utilisant sa propre force et en la retournant contre lui.

