

## ► La Milesse. Un stage d'aïkido samedi



*Le stage aura lieu toute la journée, au dojo de La Milesse.*

Un stage avec Léo Tamaki est prévu ce samedi 25 avril au dojo de La Milesse. « C'est presque devenu une tradition de recevoir plusieurs fois par saison Léo Tamaki, et c'est avec grand plaisir que les clubs d'Allonnes (ASA) et de La Milesse (ARA) l'invitent à venir nous enseigner cet art qu'il pratique depuis de nombreuses années. Gageons qu'il y aura une grande affluence sur le tatami de La Milesse pour profiter de

*son enseignement riche et généreux. Sa pratique efficace est basée sur le relâchement, la vigilance et une présence de chaque instant », explique Annick Morand, de l'Aïkido Ryu Antonnière (ARA).*

**Horaires : de 10 heures à 12 h 30  
et de 15 h 15 à 17 h 45.**

**Informations :  
<http://ara72.free.fr>  
ou [asa72.org](http://asa72.org)**

*Ilame Libre jeudi 23 avril 2015*