

WEST FRANCE 29/08/08

Porte ouverte aikido

Lundi 1^{er} septembre, 20 h,
mardi 2 septembre, 20 h 30,
jeudi 4 septembre, 18 h, dojo,
salle des arts martiaux, rue de
la gare, La Milesse. L'aikido
répond à un code d'honneur,
respect, confiance en soi, sou-
plesse, l'esprit particulier de
non-violence. La pratique de
cette discipline améliore la
santé par un développement
harmonieux de toutes les par-
ties du corps, le contrôle de la
respiration, la relaxation, l'en-
durance, les réflexes. Gratuit.
Contact : 02 43 40 14 00, bri-
sebourg.leroux@tele.fr, ARA72.
fr/