



合氣道場
アジヤクシオ

AIKIDO



Stefanu Bravin 4 dan FAA

EVISA

28 - 29 octobre 2017

LIEU : Bocca di u Saltu

Stage Intensif Bukiwaza

samedi : 9h RDV u serenu (Afa)

12h spuntinu au col

14h-15h30 : aikiken / 15h35 - 16h35 & 16h40 - 18h aikijo

Questions et travail libre

dimanche : 7h30 méditation / suburi

8h30 : sdighjunu

9h15 - 10h30 aikiken / 10h35 - 11h50 aikijo

12 h spuntinu / nettoyage / retour

*Prévoir vos repas (3 + 1 petit dej),
duvets, tapis de sol, bougies*

*uniquement savon de Marseille toléré pour la toilette
vêtements chauds pour le soir et KEIKOGI obligatoire*



Pre-inscriptions obligatoires

RENSEIGNEMENTS : Stef Bravin

06 13 21 55 39

aikidojo-ajaccio@orange.fr

Stage ouvert à tous quelque soit votre école

aikidojo.fr/ajaccio