

ARTS MARTIAUX ■ Limoges Aïkido

Premier cours d'initiation gratuit

L'aïkido, art martial japonais traditionnel, est accessible à tous (dès 7 ans), sans limite d'âge, ni préparation spéciale.

Limoges Aïkido propose ses cours dans le cadre des dojos de Limoges et Couzeix et donne un enseignement de qualité, dispensé par des professeurs diplômés d'État, dont Alain Vergnole 5^e dan.

Les enseignants, Laure Odile Vergnole (4^e dan Brevet d'État) et Christophe Chung (3^e dan BIFA) ainsi que Bernard Ladame et Michel Moreau attendent les personnes intéressées pour un premier cours d'initiation gratuit. La première fois, venir avec kimono blanc ou à défaut un survêtement.

Les inscriptions sont possibles tout au long de l'année et prises sur place un quart d'heure avant les cours. ■



DÉMONSTRATION. L'aïkido est basé sur des principes d'équilibre des énergies et de respect du partenaire.

➔ **Infos.** Sur place ou sur www.limoges-aikido.com ou au 06.33.21.77.21.