

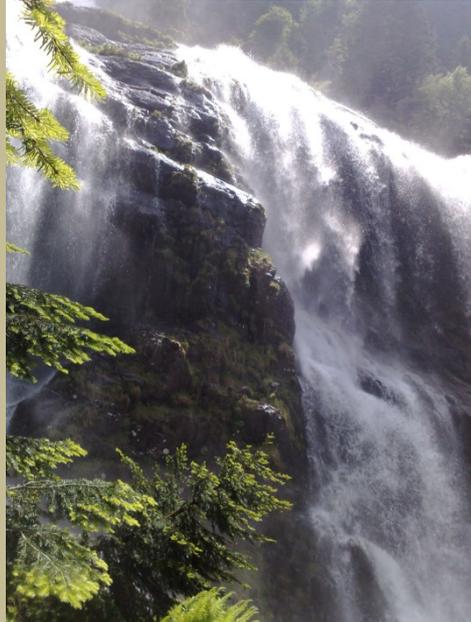
Association Respiration Non Faire

STAGE D'ETE

Du dimanche 9 juillet à 19h au samedi 15 juillet 2023 à 12h

PRATIQUE
RESPIRATOIRE
DE M^e UESHIBA

Aïkido



MOUVEMENT
REGENERATEUR

Katsugen Undo

Dans les Pyrénées ariégeoises, à Seix

Le stage débute dimanche soir à 19h00

Horaires

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Pratique Respiratoire | 7h00 |
| Mouvement Régénérateur | 10h00 |
| Pratique Respiratoire | 17h30 |
| Mouvement Régénérateur | 19h00 |
| Chaque séance dure entre 1h et 1h30 | |

Tarifs

| | 1 activité | 2 activités |
|------------|------------|-------------|
| la semaine | 80 € | 100 € |
| 1 journée | 20 € | 25 € |

N.B. : Une adhésion annuelle de 5 € par personne vous sera demandée si vous n'êtes pas déjà adhérent pour 2019



Les couples avec enfant pratiquant alternativement pourront n'acquitter que le prix d'un stage.

Le stage est encadré par des élèves de Itsuo TSUDA.

Il s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux pratiquants expérimentés.

Les séances ont lieu dans le dojo du judo-club du Foyer Rural à Seix.

Renseignements et inscriptions :

tél. 05.61.58.26.49
e-mail arnf@free.fr
Web <http://arnf.free.fr>

