



Votre avis nous intéresse

Pas de cours le 8 Décembre !

En raison des difficultés de circulation à Lyon lors de la fête des lumières, les cours de Taïso et d'Aïkido du jeudi 8 décembre sont annulés.

Le cycle de Taïso : 2ème journée**Samedi 3 décembre**

Dojo de la Croix Rousse

9h00 à 18h00

Au menu de la première journée de cycle nous avons eu en entrée une méditation pour accueillir ensuite le plat principal Taïso agrémenté d'une meilleure compréhension de notre anatomie à la sauce nouvelles sensations "travail et écoute"

Le dessert avait un goût d'énergie donner / recevoir...

Bon, le plus simple est encore de venir goûter à la spécialité et la création de ce 03 décembre

C. Larue

Pour rappel, un cycle de Taïso est organisé sur 4 journées réparties dans l'année.

Contrairement au cycle d'Aïkido vous pouvez participer à une seule journée si vous le souhaitez.

Ouvert à tous, débutants et confirmés.

[Plus d'info/Tarifs](#)**Stage de la Croix Rousse****Samedi 10 Décembre**
Dimanche 11 Décembre
Dojo de la Croix Rousse

Un stage d'Aïkido dirigé par Etienne LEMAN Senseï aura lieu à La Croix Rousse:

Samedi : de 14h30 à 16h30
et 16h45 à 18h45

Dimanche: de 9h00 à 11h00

Aïkido, Bokken Jo et Tanto.

A l'issue du stage, un passage de grade sera organisé pour ceux qui le souhaite.

Ouvert à tous, débutants ou confirmés

Pour nous permettre de prolonger ce moment « inter-clubs » nous avons réservé un restaurant le samedi soir. Tous ceux qui voudront se joindre à nous seront les bienvenus

[Plus d'info/Tarifs](#)

Toutes les infos de l'institut sur: www.institut-aikido.org

Pour vous désabonner à cette newsletter: [désabonnement](#)