

AÏKIDO

DOJO de VIRIAT (AIN)
Gymnase de VIRIAT chemin du Moulin Riondaz

Samedi 8 décembre 2018
10h30 12h et 14h à 17h

**Pour garantir un enrichissement mutuel les participants doivent être de
préférence de niveau 2ème Kyu au moins**

**Approfondissement des compétences en vue des passages de grades
Ateliers, mise en situation**

- Gestion du stress
- Critères d'évaluation
- Positionnement et préparation mentale
- Ateliers vidéos

Frantz Gacogne

- ◆ 4ème Dan
- ◆ BEES 2eme degré
- ◆ Membre Collège Technique Régional
- ◆ Juge Régional
- ◆ Membre commission médicale fédérale

TARIF 20 €

Gratuit pour les mineurs

www.aikido-aera.net
06 81 01 85 64

Plan d'accès – coordonnées dojo 46°15'11" 5°12'38"

