

# STAGE D'AÏKIDO

**ALAIN WEBER**  
**DEJEPS**  
**4 DAN**



**LE DIMANCHE 6 NOVEMBRE**  
**10h00-12h00 14h00-16h00**

**JE TRAVAILLE MES BASES**  
**ET MES PRINCIPES**

**A COGNIN**

# STAGE DÉBUTANT.E

*VOUS N'AVEZ PAS BESOIN D'ÊTRE PERFORMANT POUR COMMENCER ....*

*MAIS VOUS DEVEZ COMMENCER POUR L'ÊTRE.*

**REPAS PARTAGÉ SUR PLACE**

**POUR CEUX QUI LE DÉSIRENT**

**PARTICIPATION 10 €**

**ACCESSIBLE DÈS**  
**LA PREMIÈRE ANNÉE**  
**DE PRATIQUE**

**GYMNASSE HENRI BORDEAUX**  
**ROUTE DE L'ÉPINE**  
**73160 COGNIN**

**CONTACT:**  
**06 41 85 89 30**

[contact@aikido-cartusiana.fr](mailto:contact@aikido-cartusiana.fr)