

Témoignages



GUY :

76 ans j'ai beaucoup de plaisir à pratiquer l'aïkido. Il me permet d'entretenir ma souplesse et ma condition physique dans une ambiance conviviale et épanouissante



jackie :

Je suis un des premiers à être venu au cours, j'ai d'abord trouvé une grande convivialité, et depuis que j'ai commencé l'Aïkido je sens une certaine sérénité en moi. Véritablement, je compte continuer et j'espère bien progresser.

Pour les Seniors Grands Débutants
Les techniques et les chutes
sont ajustées aux capacités des pratiquants