

Stage di Aikishintaiso

diretto da

Marco Favretti Sensei

Licata (Agrigento) 29-31 ottobre 2011



Luogo : Palestra Body Gym Club
Via Nigra 20 Licata (AG)
Tel e fax 0922 77431

Orario: 18-19.30

Costo: 20 euro lezione, 50 euro lo stage
Aikido e aikishintaiso 160 euro

Lo stage è aperto a tutti e permette di avvicinarsi alla pratica dell'aikishintaiso. E' consigliato un abito comodo, se possibile un dogi da arti marziali.

Possibilità di alloggio:

Valoroso Village, Serenus Village (a 10 km da Licata), Agriturismo Colle d'Oro, Hotel Baia d'Oro

Importante: possibilità di partecipare allo Stage di Aikido diretto da Cognard André Shihan dal 29 ottobre al 1 novembre, orario 9-10.30 e 11-12.30, stesso luogo

Aikishintaiso....

Disciplina di riequilibrio posturale ed energetico, permette di sviluppare il proprio benessere psicofisico e di affinare la percezione e la coscienza di sé. Comprende esercizi di rilassamento, meditazione, respirazione e sviluppo dell'energia interna. Può essere praticato da tutti ed è un utile apporto per chi pratica discipline marziali o orientali, danza, canto, teatro.

Per informazioni: www.aactg.it, cell. 331 3263098