



**L'Aikido Club
De
Tournefeuille
propose :**

**Une matinée de préparation
aux examens
de passage de grades DAN.**

Objectifs généraux :

- Se préparer à l'épreuve
- Comprendre la démarche globale
- Se rassurer et échanger

Moyens :

- **Exercices pratiques :**
gestion personnelle et relationnelle
- **Mises en situation :**
connaissance des principes
et construction technique
- **Analyses et compréhension :**
Notions liées au Shin Gi Tai

Coanimation :

Christophe Bocognani (FFAB)

Serge Socirat (FFAAA)

Dimanche 3 juin 2018

**Horaires :
9h30 - 12h30**

Lieu :

Maison des Arts Martiaux,
78 avenue Général de Gaulle
Tournefeuille (31170)

Ouvert à tous les licenciés

**Animation gratuite
Repas partagé en suivant**

Contacts : Christophe 07 81 06 83 15 ou Serge 06 86 79 26 11