



AIKIDO



ÉCOLE DES CADRES LIGUE OCCITANIE

Animée par le DFR Pierre Marcon 6°dan DEJEPS
Avec les membres du CTR de la ligue Occitanie

- ① **Samedi 07/10/2023 - Kihon Waza** avec **Pierre-Michel Couly (5° dan DEJEPS)**
- ② **Samedi 13/01/2024 - Ukemi** avec **Olivier Devaux (4° dan CQP)**
- ③ **Samedi 23/03/2024 - Intégrité/Martialité** avec **Dany Socirat (5°dan DEJEPS)**
- ④ **Samedi 27/04/2024 - Irimi** avec **Jean-Jacques Cheymol (6° dan DEJEPS)**
- ⑤ **Samedi 01/06/2024 - Kimusubi** avec **Gérald Garzonio (4° dan BF)**



HORAIRES
13h00 - 17h30

Cité des sports
10 avenue Sarraill
11 000 Carcassonne
Parking gratuit
Accès gare SNCF
Autoroute sortie N°24

TARIFS
20€ par session
ou forfait 100€
remboursable en fin de saison
aux stagiaires présent(e)s à toutes les sessions

Renseignements

Béatrice Navarro : 06 08 84 49 01 / presidente@aikido-ligue-occitanie-ffaaa.fr
Pierre Marcon : 06 62 76 06 49 / dfr@aikido-ligue-occitanie-ffaaa.fr

