

AÏKITAÏS

Le Zen en mouvement pour retrouver équilibre et santé !



Renforcement Musculaire
et Postural

Amélioration du Relâchement
et de la Souplesse

José SALAS
1° Dan BF

*Une méthode douce
et complète de
développement
physique et mental
accessible à tous !*

Jeudi
18h-19h15
Dojo ROMBAS

Amélioration de l'Equilibre
et de la Coordination

Prise de Conscience du Corps et de
l'importance de la Respiration

Développement
de l'Energie

60 €
l'année

