



**Aikido**  
enfants 5 à 13 ans \*



**AikiSelf**  
ados et adultes \*\*



**Aikido**  
ados et adultes \*

# Journée Découvertes

**Samedi 28 mars 2020**

**Dojo David Douillet 1er étage, Complexe René Cassin  
Avenue Prospère Mérimée, 13015 TARASCON**

**14h-15h30 : Aikido enfants (5 à 13 ans) - 16h-18h : 2 Ateliers Aikido et Aikiself**

**\* Aikido : Art martial traditionnel de défense \*\* AikiSelf : méthode originale d'autodéfense**