

Aikido



PROVA
GRATUITA

L'Aikido è un'arte marziale giapponese e un importante strumento di difesa. Le tecniche insegnate permettono all'allievo di imparare a gestire situazioni anche difficili, senza necessariamente ricorrere allo scontro fisico. Crediamo molto nei valori dell'educazione e del rispetto ricreando un ambiente sereno e senza pressioni. Nell'Aikido non sono previste gare per misurarsi con gli altri perché la vera sfida è migliorare se stessi!

Son Gen Juku Cus Bergamo Asd è affiliata e svolge attività nell'ambito della FIJLKAM, Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali, www.aikido.cusbergamo.it

📍 Lunedì dalle 20 alle 22, Mercoledì dalle 21 alle 23
Sabato dalle 14.30 alle 17 (bambini)

360 € stagionale, 120 € trimestrale con due lezioni settimanali
270 € stagionale, 90 € trimestrale con una lezione settimanale

Referente | **Stefano Modesti**
Telefono | **339 2775474**
Email | **aikido@cusbergamo.it**