

AIKIDO



SHIZENTAI DOJO

L'**Aikido** é un'arte marziale tradizionale giapponese fondata dal Maestro M. Ueshiba praticata sia a mani nude sia con le armi bianche tradizionali del Budo tra cui: *ken* (spada), *jo* (bastone) e *tanto* (pugnale).

L'Aikido mira alla *corretta vittoria* ovvero alla conquista della *padronanza di se stessi*, resa possibile soltanto da una profonda conoscenza della propria natura interiore.

CORSO DI AIKIDO

INSEGNANTE

Claudio Barbuto

III Dan Aikikai So Hombu - I Dan di Iaido - I Dan di Kendo

GIORNI E ORARI

martedì e **giovedì** dalle **20:00** alle **21:30**

INDIRIZZO

Palestra S.S. Sacramento

I.go S. Antonio M. Claret - Frascati

COSTI

quota mensile **50 euro**

iscrizione alla palestra **42 euro** (validità 12 mesi)

INFORMAZIONI

telefono: **329.0199398**

e-mail: **shizentaidojo@gmail.com**

ISCRIZIONI

tutti i giorni presso:

• **Palestra Comunale Città di Frascati** - dalle 17:00 alle 20:30

via Conti di Tuscolo, 4 - Frascati - tel 06.97245105

• **Tusculum Sport Center** - dalle 8:30 alle 20:30

via SS. Filippo e Giacomo, 30 - Frascati - tel 06.9424142

