



# A Ì K I D O

## CLUB PERREUXIEN

Vous propose :

**NOUVEAUTÉ**  
**Saison 2019/2020**

## Arnaud Flour // Shiatsu



### **A propos d'Arnaud FLOUR**

Passionné de culture japonaise, féru d'arts martiaux nippons, pratiquant d'Aïkido au club depuis 2012, Arnaud est également praticien et enseignant de Shiatsu depuis 2009.


### **A propos du Shiatsu**

Le Shiatsu est une technique de soins réalisée par pression des doigts sur le corps, reconnue par l'état au Japon et en tant que médecine non conventionnelle par l'Europe. Très agréable, adaptée à tous, ses bienfaits sont l'entretien et la restauration du bien-être et de la santé

### **Le Shiatsu et l'Aïkido**

Vous découvrirez par la pratique lors de ce cours en quoi consiste le Shiatsu, et les liens pouvant être établis entre l'Aïkido et le Shiatsu : préservation de l'intégrité physique et mentale, respiration, concentration, présence, centrage, rapport à l'autre.

### **Pour en savoir plus**

 [Académie de Shiatsu](#)

## Les samedis de 12h00 à 13h30

1 séance par mois, 10 séances sur la saison.

5 Euros par séance pour les adhérents.

10 Euros pour les non-adhérents.

Planning sur notre site internet.

Informations auprès de [secrtaire@aikidoclubperreuxien.fr](mailto:secrtaire@aikidoclubperreuxien.fr)



Centre des Bords de Marne - Dojo n°3, 2 rue de la Prairie, 94170 Le Perreux-sur-Marne



<http://www.aikidoclubperreuxien.fr>



[acp.aikidoclubperreuxien](https://www.facebook.com/acp.aikidoclubperreuxien)



[secrtaire@aikidoclubperreuxien.fr](mailto:secrtaire@aikidoclubperreuxien.fr)