

**AIKIDO
OPEN DAY
22/09
2019**

**M
I
L
A
N
O**



Non hai mai praticato Aikido, non sai cos'è o se possa piacerti? Vieni a trovarci e scopri! E' il momento ideale per iniziare qualcosa di nuovo!

Lezione di introduzione all'AIKIDO per ADULTI e RAGAZZI (a partire dai 15 anni).

Giornata dedicata a coloro che non hanno mai praticato Aikido e vogliono saperne di più.

ORARIO

15.30 – 16.15 iscrizioni e accoglienza
16.30 – 18.00 lezione

DOVE

Aikido Montenegro Dojo
Via Garlan 43/a, 20146 Milano
MM1: Wagner
Bus: 50 58 61 67 90 91

Per la lezione di prova basta portare una tuta, una maglia di cotone a maniche lunghe, un asciugamano ed un paio di ciabatte.

Partecipazione **GRATUITA!**

Sono benvenuti tutti coloro che vorranno provare, venire a curiosare, chiedere informazioni e conoscere il gruppo dell'Aikido Montenegro Dojo.

PARTECIPAZIONE

Per partecipare, o per chiedere semplicemente informazioni, potrai contattarci inviando un'e-mail all'indirizzo:

info_aikidomontenegrodojo@yahoo.it

La lezione sarà tenuta dal Maestro Daniele Montenegro 5° Dan Aikikai di Tokyo.
Insegnante professionista.