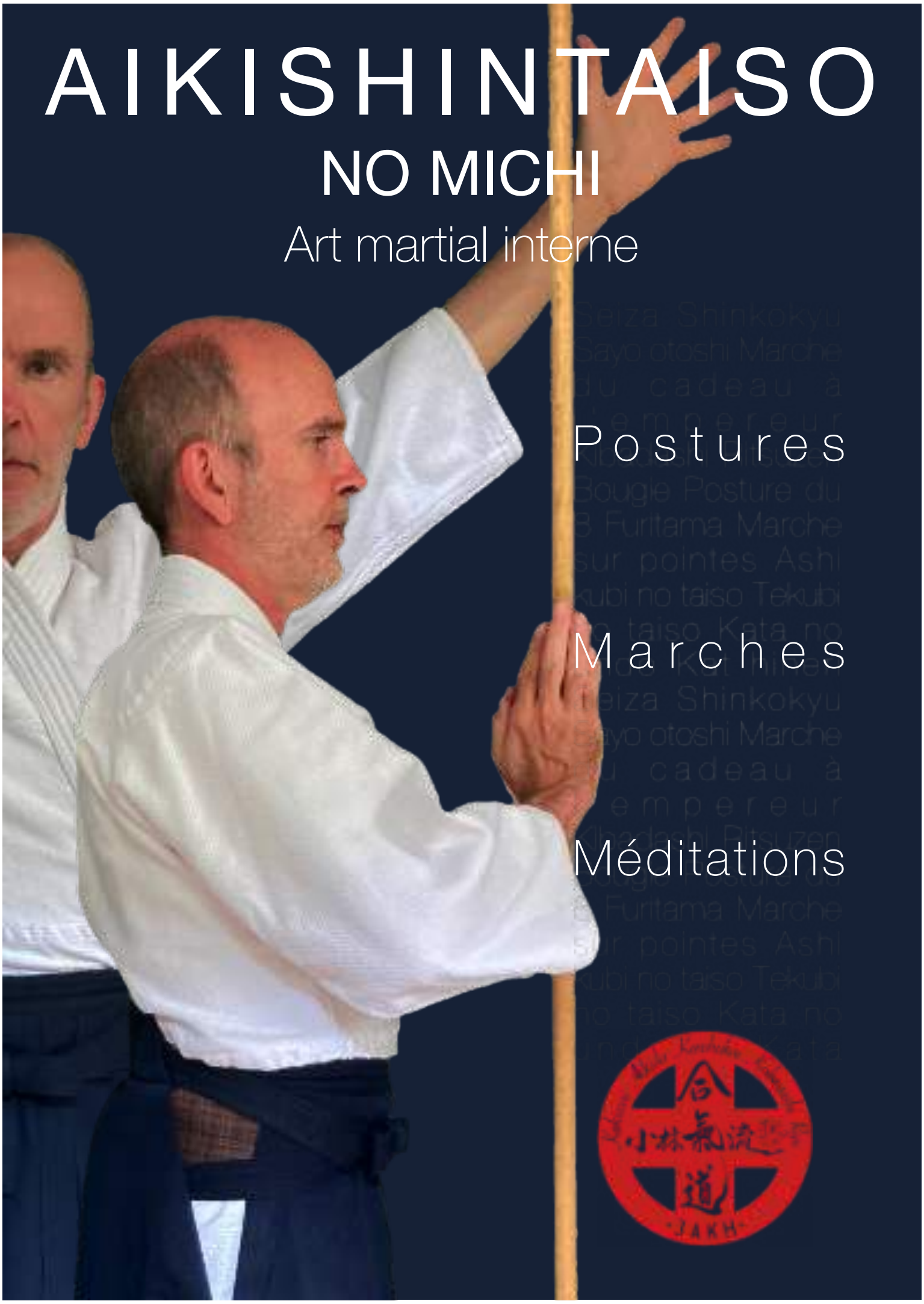
AIKISHINTAISO

NO MICHI

Art martial interne



Postures

Marches

Méditations

A I K I S H I N T A I S O
NO MICHI



Grâce aux clés fournies par le travail (postures, marches, méditation), la pratique de cet art martial interne nous aide à mieux comprendre les adaptations corporelles et comportementales qui se sont installées au fil des ans et conditionnent notre rapport au monde.

Par la recherche d'un meilleur équilibre psychosomatique, l'aikishintaiso permet d'avancer sur la voie d'un mieux-être avec soi et avec les autres.

○

Cours hebdomadaires

Centre d'animation Jacques Bravo
14-18 rue de la Tour des Dames - Paris 9

Tamsin Genillier Sensei : jeudi 12h30 – 13h30
Richard Blandin Sensei : lundi 20h00 – 21h30

Cours d'essai gratuit
En cas de nécessité les cours auront lieu en ligne.

○

Ateliers Personnalisés d'Aikishintaiso (APAT)

L'APAT est un cycle de 6 cours (répartis sur l'année) pendant lesquels un relevé postural est établi par l'enseignante (Genillier Sensei) et un travail individuel quotidien vous est donné.

○

Sakura Aiki Académie

https://www.facebook.com/SakuraAikiAcademie
sakuraaikiacademie@gmail.com