



Dojo Ken Yu Shin

Sito in Via Mantova 34, è attivo nel quartiere dal 1982.



Responsabile del Dojo è il Maestro Piero Villaverde, 6° DAN Aikikai d'Italia e Hombu Dojo di Tokyo.

L'Associazione è specializzata nella pratica dell'Aikido, nell'uso delle armi giapponesi (jo, boken e tanto) e nella difesa personale.

Da quest'anno si arricchisce di nuovi corsi, destinati ai bambini, agli adulti, agli studenti e a chi ha voglia di intraprendere un'attività fisica che sia contemporaneamente un percorso di crescita personale nello sviluppo delle relazioni umane attraverso l'accrescimento della sicurezza di sé e dell'autostima.

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
MATTINO	9,30-11,30 AIKIDO	9,30-10,30 GINNASTICA DOLCE	9,30-11,30 AIKIDO	9,30-11,00 DIFESA PERSONALE	9,30-10,30 GINNASTICA DOLCE	10,00-12,00 AIKIDO (primo sabato mese)
PRANZO		13,15-14,30 AIKIDO ADULTI	13,15-14,30 AIKITAISO	13,15-14,30 AIKIDO ADULTI		
POMERIGGIO		16,00-17,30 AIKIDO LICEALI		16,00-17,30 AIKIDO LICEALI		
	17,30-18,30 AIKIDO PULCINI (3-5 anni)	17,30-18,30 AIKIDO BAMBINI (6-8 anni)	17,30-18,30 AIKIDO BAMBINI (6-11 anni)	17,30-18,30 AIKIDO BAMBINI (6-8 anni)		
	18,30-19,30 ADOLESCENTI (12-17 anni)	18,30-19,30 AIKIDO BAMBINI (9-11 anni)	18,30-19,30 ADOLESCENTI (12-17 anni)	18,30-19,30 AIKIDO BAMBINI (9-11 anni)		
SERA	19,30-20,30 AIKIDO ADULTI	19,30-21,00 DIFESA PERSONALE	19,30-20,30 AIKIDO ADULTI	19,30-21,00 YOGA	19,30-20,30 AIKIDO ADULTI	
	20,30-21,30 AIKIDO ADULTI		20,30-21,30 AIKIDO ADULTI		20,30-21,30 AIKIDO ADULTI	



L'Aikido è un'Arte marziale adatta a tutte le età perché si basa su percorsi personali che tengono conto del proprio vissuto e delle proprie caratteristiche fisiche. E' molto indicata per i bambini essendo una disciplina non competitiva che favorisce la relazione e la collaborazione tra i praticanti secondo i principi etici e le regole morali proprie di questa Arte.

Il corso prevede l'allenamento con l'uso del boken (spada) e del jo (bastone) secondo la tradizione giapponese.



SONO APERTE LE ISCRIZIONI PER IL NUOVO ANNO