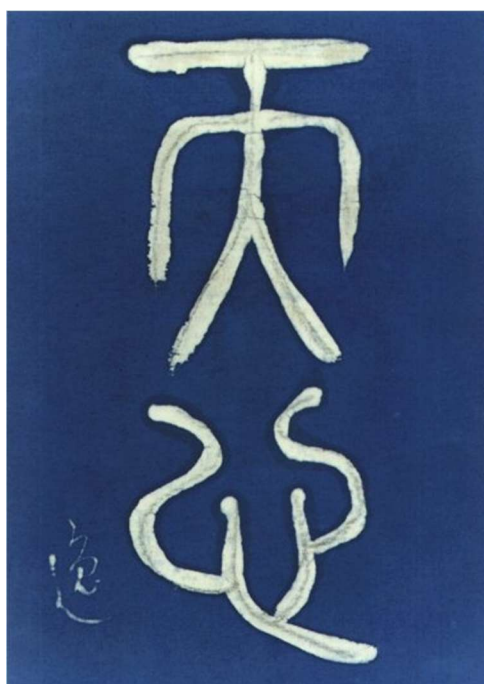


# Stage de mouvement régénérateur Katsugen Undo

Du 16 au 18 janvier 2026

au dojo ARNF 7bis rue Idrac 31000 Toulouse



Ce stage sera animé par des pratiquants de longue date  
de l'association Respiration Non-Faire

Cette association a été créée en 1986 par Yvette et Xavier Binot qui ont suivi  
l'enseignement de Itsuo TSUDA pendant 10 ans jusqu'à son décès en 1984.

|          |          |  |
|----------|----------|--|
| Horaires | vendredi | 19h30 à 21h00                                  |
|          | samedi   | 10h30 à 12h00                                  |
|          |          | 18h30 à 20h00                                  |
|          | dimanche | 10h30 à 12h00(suivi d'un repas pris en commun) |

Prix du stage 40 € (+ 5 € d'adhésion à l'association) ½ tarif pour les étudiants

Le stage est ouvert aux débutants.

Inscription par mail à [arnf@free.fr](mailto:arnf@free.fr) ou tel : 05.61.58.26.49

Organisé par l'association Respiration Non Faire- Toulouse - <http://arnf.free.fr>