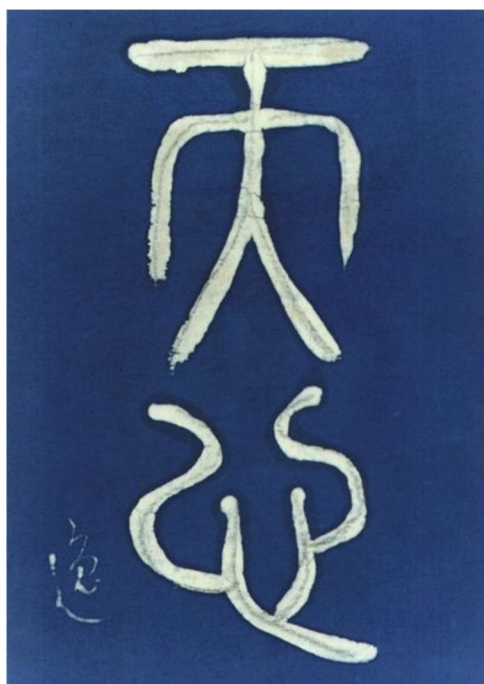


Stage de mouvement régénérateur Katsugen Undo et d'Aïkido - Pratique Respiratoire

Du 02 au 04 octobre 2026

au dojo ARNF 7bis rue Idrac 31000 Toulouse



**Ce stage sera animé par Jane Auzenet
et par Jean-Marc Portal**

Jane et Jean-Marc sont pratiquants de longue date au dojo de l'Ecole de la Respiration à Paris.

Horaires	Aïkido	mouvement régénérateur
vendredi	18h00 à 19h00	19h30 à 20h30
samedi	09h00 à 10h00	10h30 à 11h30
	17h00 à 18h00	18h30 à 19h30
dimanche	09h00 à 10h00	10h30 à 11h30

(suivi d'un pique-nique au dojo)

Prix du stage 60 € (prix fixe pour une ou deux activités) + 5 € (adhésion annuelle)

Le stage est ouvert aux débutants.

Inscription par mail à arnf@free.fr ou tel : 05.61.58.26.49

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