

Aïkido Arcueil

Publié le 25 janvier 2024

Art martial japonais non violent faisant la part belle à la souplesse (ou, plus précisément, à la détente musculaire), à la précision du geste et à la fluidité des déplacements, l'aïkido s'adresse à tout le monde, quels que soient l'âge, le genre, ou la constitution physique. Ni la force pure, ni le gabarit ne sont des avantages dans cet art martial...