



COSMA Aïkido

L'aïkido est un art martial japonais. Une activité physique dynamique qui développe la souplesse, l'équilibre, le bien-être et qui permet de rester serein face à une agression.

Les lundis et jeudis, loisirs, tous niveaux. À partir de 7 ans.

Renseignements et inscriptions à la Maison des sportifs ou lors des entraînements.

Accessible aux personnes malentendantes et aux déficiences auditives. Adapté aux besoins des personnes malvoyantes.