

Mardi 15 septembre à 19h au gymnase Roger Rivière.



Aïkï-TAÏ-DÔ MONTIGNY

Apprenez à :

vous DÉFENDRE
vous MAÎTRISER
entretenir votre CORPS
porter SECOURS

125 € par an

SANS COMPÉTITION

**ENTRAÎNEMENTS DANS LE RESPECT DES
PRECAUTIONS SANITAIRES COVID 19**



Vous n'avez pu venir ce samedi au premier entraînement de la saison, vous hésitez encore à vous lancer ? Rien n'est perdu, nous serons présents et prêts à vous accueillir cette semaine pour votre inscription ou un cours d'essai

Nos toutes dernières recommandations :

- N'oubliez pas votre masque.
- Sur décision municipale, les vestiaires seront fermés ; la possibilité de se changer étant de fait limitée, venez si possible dans la tenue de pratique.

Cours d'essai tout les samedi et mardi du mois de septembre.

