

ARCIPELAGO METROPOLITANO

Un aiuto gratuito per tutti e tutte



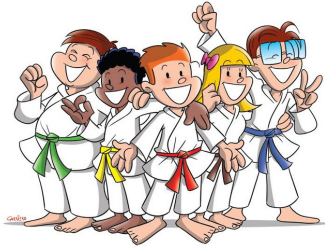
L'**aikido** è un'arte marziale giapponese particolarmente adatta alla formazione dei bambini e dei ragazzi. Pur essendo basato sul combattimento l'aikido incoraggia a non usare la violenza per risolvere i conflitti, non v'è nessuna competizione, né vincitori, né vinti.

Gli allenamenti si svolgeranno nel rispetto delle norme di prevenzione alla diffusione del covid 19, ma senza sacrificare gli aspetti di allenamento fisico, socialità, divertimento necessari a bambini e ragazzi.

Tutti i mercoledì presso la sede dell'associazione **Asinitas** in **via Policastro 45**
Prima lezione **mercoledì 6 ottobre** - ore 16.45 Aikido bambini (6/10 anni) - ore 18.00 Aikido ragazzi (11/16 anni)

È necessaria la prenotazione anche per la lezione di prova

Per informazioni e iscrizioni: **Cecilia Bartoli 3288539929 contatti@asinitas.org**



دورات ايكيكو مجانية للأطفال والمراهقين

أيكيكو هو فن قتالي ياباني مناسب بشكل خاص للتدريب البدني وتدريب الأطفال على تنمية الهدوء والتركيز والتوازن.

শিশু কিশোরদের জন্য বিনামূল্যে আইকিডো কোর্স

আইকিডো একটি জাপানিজ মার্শাল আর্ট যেটি শিশুদের শারীরিক প্রশিক্ষণ মনোযোগ এবং ভারসাম্য বিকাশের জন্য বিশেষভাবে উপযুক্ত।

কোভিড ১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধের নিয়ম মেনে কোর্সসমূহ আসিনিতাস-অনুষ্ঠিত হবে।

৬ অক্টোবর হতে শুরু করে প্রতি বুধবার ক্লাস অনুষ্ঠিত হবে।

শিশুদের জন্য আইকিডো বিকাল ১৬:৪৫টায় (৬/১০ বছর)

কিশোরদের জন্য আইকিডো সন্ধ্যা ১৮:০০টায় (১১/১৬ বছর)

ভর্তি ও তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন :

চেচিলিয়া বারতলি ৩২৮৮৫৩৯৯২৯ contatti@asinitas.org

Covid 19 ستعقد الدورات وفقاً لقواعد الوقاية من عدوى

في مقر **Asinitas** في **via Policastro 45**

كل يوم اربعاء و سوف يبدأ من 6 أكتوبر

(مساءً أيكيكو للأطفال (6/10 سنوات 16:45
(أطفال أيكيكو (11/16 سنة 18.00

للتسجيل والمعلومات

Cecilia Bartoli 3288539929

contatti@asinitas.org

