

النهار

23589 العدد - 76 السنة - 2009 كانون الثاني 22 الخميس

بطولات • دورات • أخبار محلية قصيرة

دورة تدريبية في الايكيدو

نظم نادي مون لا سال عين سعادة دورة تدريبية في لعبة الايكيدو في اشراف رئيس الاتحاد السنساي بول ابو رجيلي. وشارك في اعطاء الدروس عضو الاتحاد ومدرب نادي كاونتري لودج السنساي سامر هيدموس ومدرب نادي راكيت كلوب مارون سعد . وتضمنت الدورة دروساً تطبيقية في استعمال حركات الايكيدو في قتال الشوارع والدفاع عن النفس.