

4.9. ANIMATIONS / Saison 2019 - 2020

Août - Septembre 2020

Campagne d'affichage - Montreuil-sous-Bois (F-93100)

Pour annoncer la nouvelle saison, plusieurs équipes de l'**ARZ - Académie du Ritsu Zen** de Montreuil vont sillonner la ville pour coller la nouvelle affiche sur tous les panneaux d'affichage destinés aux associations dans la ville de Montreuil.

Alors vous allez certainement croiser cette affiche ...



22 & 24 Septembre 2020 * * * * * **ANNULE / COVID - 19** * * * * *

Soirées Portes-ouvertes au dojo Didier-Lefèvre avec l'ARZ

Profitez de ces 2 soirées pour assister à un cours ou pratiquer gratuitement durant 2 séances pour découvrir l'aïkido, le ken-jitsu et le iaïdo. Les disciplines proposées à l'ARZ - Académie du Ritsu Zen de Montreuil. Un tee-shirt et un jogging suffisent pour ces cours d'initiation.

- Aïkido : mardi 22 et jeudi 25 septembre 2020 - de 19h30 à 21h00 (prévoir d'arriver 1/4h en avance)
- Iaïdo / Ken-Jitsu : jeudi 25 septembre 2020 - de 21h15 à 22h15 (prévoir d'arriver 1/4h en avance)

Alors n'hésitez plus, venez pratiquer en toute liberté pour découvrir le zen en mouvement !



Samedi 26 septembre 2020 - de 13h00 à 19h00

Journée des Associations Montreuilloises - Montreuil-sous-Bois (F-93100)

De 13h00 à 19h00 sur la place de la Mairie de Montreuil

Avec une localisation inhabituelle et un protocole sanitaire renforcé, la Journée des Associations Montreuilloises sera néanmoins l'occasion de (re)découvrir la richesse du monde associatif de la ville.

Les membres de l'**ARZ - Académie du Ritsu Zen** de Montreuil vous accueilleront sur leur stand pour vous fournir tous les renseignements souhaités sur venir pratiquer l'aïkido, le iaïdo ou le ken jitsu et vous inscrire pour les cours au *dojo* Didier-LEFEVRE pour la saison 2020/2021. Les cours pour adultes sont accessibles à tous et à toutes, quel que soit votre niveau ou

votre âge.



mars 2021

**Journée Internationale des Femmes & Aïkido * * * * * ANNULE / CO
VID - 19 * * * * ***

Dans le cadre de la journée internationale des femmes, la Fédération Française d'Aïkido et de Budo vous propose de découvrir cet art martial japonais. Venez Mesdames au *dojo* Didier-Lefèvre à Montreuil (14, rue du Bel-Air) pour pratiquer gratuitement le temps d'une séance, ou simplement pour regarder. Un jogging et un tee-shirt suffisent !

L'aïkido est un art martial qui utilise le cercle et les principes de déséquilibre pour projeter ou immobiliser un assaillant. Art de paix, il recherche à harmoniser les énergies plutôt qu'à les opposer.

L'ARZ – Académie du Ritsu Zen sera heureuse de vous accueillir durant ces journées portes-ouvertes !

Pour tout renseignement : www.arz.asso.fr

Pour joindre l'ARZ : info@arz.asso.fr



Samedi 3 juillet 2021

Fête de la ville - Montreuil-sous-Bois (F-93100)

Pour éviter les grands rassemblements en cette période post-confinement, la traditionnelle Fête de la Ville prend cette année, ses quartiers aux 6 coins de Montreuil !

Celle qui se tiendra sur l'esplanade du Parc des Beaumonts (à proximité du 16 rue Paul Doumer) mettra à l'honneur les quartiers Paul Signac, Murs à Pêches, Bel Air et Grands Pêchers en faisant la part belle à plusieurs associations, services municipaux et artistes du terroir.



L'ARZ - Académie du Ritsu Zen effectuera une démonstration d'aïkido, de iaido et de ken jitsu vers 15h00. N'hésitez pas à venir nous rencontrer et à

poser vos questions sur ces arts martiaux japonais.

Vous pourrez également vous inscrire pour les cours au *dojo* Didier-LEFEVRE pour la saison 2021/2022.

© ARZ – Académie du Ritsu Zen – Montreuil – France - 2000-2021 – Tous droits réservés

