



## Programma Aikido en Iaido

### Zaterdag 21 maart 2009

10.00 – 12.00 uur	lerarenstage o.l.v. Tamura Shihan
14.30 – 16.00 uur	iaido o.l.v. Michel Prouvèze
16.00 – 18.00 uur	aikidostage voor iedereen o.l.v. Tamura Shihan
vanaf 18.00 uur	danexamens aikikai
vanaf 20.00 uur	dinerbuffet met live muziek

### Zondag 22 maart 2009

09.00 – 10.30 uur	iaido o.l.v. Michel Prouvèze
10.30 – 12.30 uur	aikidostage voor iedereen o.l.v. Tamura Shihan

#### Lerarenstage

De lerarenstage heeft een besloten karakter. Dat wil zeggen dat deze training alleen open staat voor JBN-leraren en buitenlandse leraren van zusterorganisaties. U wordt verzocht uw lidmaatschapspas mee te nemen.

#### Iaido

Aikido is onlosmakelijk verbonden met het zwaard. En net als het aikido richt het iaido, zoals dat wordt aangeboden door Michel Prouvèze, zich op harmonie met jezelf, met je omgeving en met anderen. Michel is een leerling van Tamura Shihan. Zijn lessen zullen zijn gericht op aikidoka die door middel van het beoefenen van iaido het aikido, zoals dat door Tamura shihan wordt overgedragen, willen verdiepen en verbeteren.

Neemt u een iaito of een bokken mee. Er zal op de mat worden getraind.

#### Lunch

Zelf brood meenemen kan natuurlijk ook, maar Papendal biedt verschillende mogelijkheden om een lunch te gebruiken. Zo zijn er in de sporthal broodjes te verkrijgen en ook in de Dug Out. Verder biedt het restaurant van Papendal een complete lunch aan.

#### Diner

Op zaterdagavond wordt er gezamenlijk op Papendal gedineerd. U bent daarbij van harte welkom. Omwille van de organisatie vragen wij u om u daar van te voren voor op te geven via het inschrijfformulier. Het diner vindt plaats in het Grand Café.

#### Overnachting

Het is niet meer mogelijk om in het Sporthotel te overnachten. Die kamers worden nu permanent door NOC\*NSF aan sporters verhuurd. Hotel Papendal zou normaal gesproken een optie zijn, maar heeft (vrijwel) geen kamers meer vrij in verband met een concert van Tina Turner dat op zaterdagavond in Arnhem wordt gehouden. Een goed alternatief is de Stayokay te Doorwerth, op 10 minuten rijden van Papendal. Kamerreservering vóór 9 maart a.s. via Tessa Huiskamp: aikido@jbn.nl



## Prijzen stage Aikido en Iaido maart 2009

### AIKIDO

Voorinschrijving JBN-leden	€ 13,00 per dagdeel
Voor JBN-leden	€ 15,00 per dagdeel
Voor niet-leden	€ 17,50 per dagdeel

### IAIDO

Voor JBN-leden	€ 12,50 per dag
Voor niet-leden	€ 15,00 per dag

#### Voorinschrijving

Voorinschrijving is alleen mogelijk voor JBN-leden.

De betaling dient uiterlijk een week voor het plaatsvinden van de stage te zijn overgemaakt op Rabobank-rekening 38.10.33.937 t.n.v. Judo Bond Nederland te Nieuwegein onder vermelding van uw lidnummer, 'aikidostage' en de datum van de stage.

#### Betaling ter plaatse

U kunt ter plaatse betalen aan de inschrijftafels bij de ingang van de zaal.

## Adres en route

Hotel en Congrescentrum Papendal  
Papendallaan 3  
6816 VD Arnhem

### Openbaar vervoer

Station Arnhem Centraal

- Connexxion bus 105, uitstappen bij halte West End  
of
- Bij reservering van te voren kunt u aan de achterkant van het station een taxi nemen voor € 8,- (Stebotax: tel. 026-3210000)

### Vanuit het westen (Amsterdam, Leiden, Den Haag, Utrecht)

- A12 richting Arnhem
- Afslag 25: de N224
- Op de N224: rechtsaf richting Arnhem
- Na 1,5 km: afrit Papendal

### Vanuit het noorden/oosten (Groningen, Assen, Zwolle, Apeldoorn)

- A50 richting Arnhem
- Volg de A12 richting Utrecht
- Afslag 25: de N224
- Op de N224: rechtsaf richting Arnhem
- Na 1,5 km: afrit Papendal

### Vanuit het zuiden (Rotterdam, Venlo, Eindhoven, 's-Hertogenbosch)

- A50 richting Arnhem
- Volg de A12 richting Utrecht
- Afslag 25: de N224
- Op de N224: rechtsaf richting Arnhem
- Na 1,5 km: afrit Papendal



## Inschrijfformulier diner zaterdag 21 maart 2009

- te retourneren vóór 9 maart 2009 -

### Persoonsgegevens

Naam: \_\_\_\_\_  
Adres: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Telefoon: \_\_\_\_\_  
E-mail: \_\_\_\_\_  
JBN - lidnummer: \_\_\_\_\_

Dinerbuffet op zaterdagavond: € 32,50 per persoon (excl. drankjes)

☐ Ja, ik wil een reservering maken voor *(aantal)* personen.

### Toezenen inschrijfformulier

Graag het formulier vóór 9 maart 2009 toezenden aan Tessa Huiskamp:

Postadres: Eekhoornstraat 2d, 4817 ES Breda  
Telefoon/fax: 076-5226788  
E-mail: aikido@jbn.nl