



IAIDO - AIKIDO

Stage en Lorraine



«Pratiquer le laido pour perfectionner son Aikido»

animé par Michel Prouvèze

**Samedi 17 et Dimanche
18 janvier 2009**

Organisé par le **Cercle de laido** et
le **Club d'Aikido de Sierk**

Gymnase Maurice Schnebelen
(en face du collège Charles de Gaulle)
rue Charles de Gaulle, Sierk les Bains

*Stage ouvert à tous, du débutant au
confirmé.*

Renseignements

Eric Havez

06 81 10 17 16

contact@cercledeiaido.com



tous les détails sur

www.cercledeiaido.com



Stage IAIDO - AIKIDO en Lorraine
Samedi 17 et Dimanche 18 janvier 2009

Organisé par
le **Cercle de laïdo** et le **Club d'Aikido de Sierk**



Programme

Samedi

- 10h00 à 12h : Ecole des Cadres (réservée aux Enseignants d'Aikido)
- 14h00 à 14h20 : Inscriptions
- 14h30 à 17h30 : Cours animé par Michel Prouvèze

Dimanche

- 8h30 à 8h50 : Inscriptions
- 9h00 à 12h00 : Cours animé par Michel Prouvèze

Nota : Par respect pour les pratiquants assurant l'accueil, merci de respecter les horaires d'inscription

Tarifs

| | Membre du Cercle de laïdo (adhésion annuelle 27 euros) | Non-membres | Jeunes (*) |
|------------------|---|-------------|------------|
| Stage complet | 20 € | 30 € | 15 € |
| Une demi-journée | 12 € | 17 € | 8 € |

(*) Le stage est ouvert aux Jeunes à partir de 10 ans dont le professeur d'Aikido est Animateur du Cercle de laïdo

Précautions diverses

Pour la partie laïdo, se munir d'un laïto ou d'un Bokken (avec Tsuba et Saya si possible). Prévoir éventuellement des genouillères souples (type volley) pour pratiquer hors du tatami (facultatif).

Lieu du stage

Gymnase Maurice Schnebelen (en face du collège Charles de Gaulle), rue Charles de Gaulle, Sierk les Bains.

Contact

Pour tout renseignements , trajets , hébergements , etc....

Eric Havez 06 81 10 17 16