FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AIKIDO BUDO ILE DE FRANCE

www.aikido-ffab-idf.org

STAGE

PRÉPARATION GRADES 1ER ET 2ÈME DAN

STAGE CO ANIMÉ PAR LES ENSEIGNANTS QUI LE SOUHAITENT (CONTACTER FRED EN AMONT)

TOUTE LA JOURNÉE EN GROUPES SÉPARÉS AVEC POSSIBILITÉ D'ÉVOLUER DANS CHAQUE GROUPE LIBREMENT :

1 - DÉROULÉ CLASSIQUE NOMENCLATURE TECHNIQUE (FORMULE HABITUELLE)
2 - TRAVAIL TECHNIQUE SPÉCIFIQUE (SELON DEMANDES OU BESOINS IDENTIFIÉS)
3 - PASSAGES DE GRADES BLANCS (3 COUPLES SIMULTANÉS MAXIMUM)
4 - ARMES PASSAGES DE GRADES (TANTO, JO)
5 - REISHIKI

DIMANCHE 10/11/2019 9H30/12H30 14H30/17H30

UN STAGE DIRIGÉ PAR

5E DAN

GABRIEL FEMENIAS

5E DAN

FRED MICHELOT

LIEU DU STAGE

Gymnase Gilbert NOËL
6 avenue Pierre Semard
942010 Saint Maur des Fossés

TARIFS & INSCRIPTION

30€ le stage (20€ la 1/2 journée)
Inscription sur place 20 minutes avant le début du stage

CONTACT

Ligue IDF

FFAB AÏKIKAÏ DE FRANCE
Les Allées, 83149 BRAS
Agrément Jeunesse et Sports,
Arrêté ministériel du 3 déc. 2004

îledeFrance

LIGUE ILE DE FRANCE
Maurice VO VAN
2 rue de la folie Rigault
91400 Gometz la Ville
01 60 12 41 58

Design studio-irresistible.com