



AïKIDO Stage National

Ligue Nouvelle-Aquitaine

AÏKI-TAÏSO

24 et 25
janvier 2026

Animé par

Xavier BOUCHER

C.E.N FFAB - 6^e Dan



« Pratiquer l'Aïki-Taïso, c'est déjà
pratiquer l'Aïkido » Tamura Senseï

Stage ouvert à tout licencié FFAB,
aïkidoka et/ou pratiquant d'Aïki-Taïso

Samedi 24 janvier 2026

9h30-12h : Aïki-Taïso

14h30-18h : Aïki-Taïso

N.B. : Les mises en situation des candidats à la certification interviendront tout au long du stage, pour répartir celles-ci et susciter des échanges pendant l'ensemble du stage.

Dimanche 25 janvier 2026

9h-11h : Aïki-Taïso

11h-11h30 : Synthèse

Thèmes abordés, notamment :

- Développer notre perception interne.
- S'ouvrir à l'énergétique de la circulation du Ki.
- Placer la relation Aïte-Tori au cœur de la pratique.

Présentation du passeport F.F.A.B.

Timbre de licence et certificat médical en cours de validité

Lieu :

Dojo R. et A. Amet
2 rue de la République
87 170 ISLE

Tarifs participation au stage ouvert à tout licencié :

30 € : stage complet

25 € : 1 journée

20 € : demi-journée

Uniquement pour les candidats à la certification :
inscription avant le 18 janvier 2025 au soir (cf. fiche en annexe)

www.ffabaikido.fr

Renseignements / Contacts

Renseignements liés au stage : **Florent Hibon** • ACT Limousin • E-mail : florent.hibon@gmail.com • Tél : 06.86.44.42.22

Candidatures à la certification : **Emmanuelle Ranchoup** • Coordonnatrice Com. Nationale Aïki Taïso • E-mail : aikitaisoffab@gmail.com





Stage national Aïki-Taïso • 24 et 25 janvier 2026
Isle (87) • Ligue Nouvelle-Aquitaine
Fiche d'inscription pour la certification uniquement

Nom :

Prénom :

Adresse :

E-mail :

Téléphone :

Numéro de licence FFAB :

Nom du club d'appartenance FFAB :

Ligue - CID - Délégation d'appartenance FFAB :

Grade actuel : 1^{er} dan ☐ 2^e dan ☐ 3^e dan ☐ 4^e dan ☐ 5^e dan ☐ 6^e dan ☐

Diplôme d'enseignement : BIFA ☐ BF ☐ CQP ☐ BE1 ☐ BE2 ☐ DEJEPS ☐ DESJEPS ☐

Préciser le thème choisi pour la candidature à la certification

La certification portera sur la présentation d'une préparation choisie par le candidat parmi les thèmes suivants ou tout autre pouvant être inclus dans une séance Aïki-Taïso (liste non exhaustive) :

- ☐ Ameno-Tori-Fune / Furi-Tama
- ☐ Ba-Duan-Jin (de Tamura Senseï ou autre variante)
- ☐ Do-In
- ☐ Jikyo-Jutsu
- ☐ Série d'étirements (stretching)
- ☐ Makko-Ho
- ☐ Préparations énergétiques (Qi Gong...)
- ☐ Préparations physiques (renforcement, étirements...)
- ☐ Préparations avec les armes
- ☐ Toute préparation faite seul (tandoku dosa) ou avec partenaire (sotai dosa)
- ☐ Autre (à préciser) :

Participation au stage (cocher les cases)

Samedi matin

☐

Samedi après-midi

☐

Dimanche matin

☐

IMPORTANT

Fiche à envoyer dès que possible et avant le 18 janvier 2026 à aikitaioffab@gmail.com

Ou par voie postale à Emmanuelle Ranchoup • 11 rue Joseph Delteil - 34080 Montpellier



Stage national Aïki-Taïso • 24 et 25 janvier 2026

Isle (87) • Ligue Nouvelle-Aquitaine

Hébergements

Réservation de l'hébergement à l'initiative des stagiaires

Liste non exhaustive

- **Hôtel Ibis Budget Limoges**

14 Rue du Chinchauvaud, 87100 Limoges – ☎ 0892681118 – <https://all.accor.com>

- **Hôtel Home du Buisson**

4 Rue du Buisson, 87170 Isle – ☎ 0555015485 – <https://www.vyv3-cda.fr/hebergement>

- **Appart'City Classic Limoges**

3 Rue Chaudron, 87000 Limoges – ☎ 0555433740 – <https://www.appartcity.com>