



AÏKIDO

STAGE DE PRATIQUE POUR TOUS MIDORI NO HI

Au DOJO SHUMEIKAN



Du 11
au 13 / AVRIL
2025

"Midori no Hi" : littéralement "Journée de la Verdure". Au Japon, c'est un jour férié, de célébration envers la Nature. On contemple mère Nature tout en la remerciant de sa générosité.

Au dojo SHUMEIKAN, cet hommage traditionnel envers la Nature, prévu à chaque printemps, est orienté spécialement sur le lien entre Aïkido et Nature, et conduit naturellement à prendre soin et entretenir les abords du Dojo

Programme du stage :

- Vendredi 11 Accueil en début d'après-midi
Visite du Jardin et des abords...
Balade dans les environs
19h : Cours
20h30 Repas
- Samedi 12 7h-8h : Armes
Petit déjeuner
9h30-12h cours
12h30 repas
15h-17h30 Travail au jardin, soins à la terre
18h-19h30 cours
20h Repas
- Dimanche 13 7h-8h : Armes
Petit déjeuner
9h-11h cours
11h-12h rangement / nettoyage
12h Repas
Fin du stage

Animé par **Henri AVRIL**
CEN - Shihan 7^{ème} Dan

Inscription obligatoire (voir au verso)
À renvoyer avant le 20 Mars 2025

Coût du stage : Stage offert
Seuls les frais de restauration et
d'hébergement sont dus
(voir au verso)



www.ffabaikido.fr

Contacts pour tous renseignements :

FFAB - Tél : 04.98.05.23.18 - Courriel : ffab@aikidoffab.fr

Présentation du passeport fédéral avec le timbre de licence de la saison en cours

MIDORI NO HI – Shumeikan Dojo Du 11 au 13 Avril 2025

Fiche d'inscription à retourner avant le 20 Mars 2025

Courriel : ffab@aikidoffab.fr

Attention :

Compte tenu de la capacité d'accueil, seules les 30 premières demandes pourront être satisfaites. La priorité sera donnée aux personnes qui participeront à la totalité du stage

NOM, Prénom : _____

N° licence _____ Club : _____

Tél. : _____ Email : _____

Si vous venez en voiture, précisez si vous pouvez co-voiturer à partir d'une gare ou d'un aéroport :

Si certains restent astreints à une spécificité alimentaire – merci de nous en aviser :

Coût du stage : stage offert

	Repas midi / 20€	Repas soir / 20€	Chambre 2lits SP ** /22€ Pdj compris	Chambre 2 lits SC ** /18€ Pdj compris
Vendredi 11				
Samedi 12				
Dimanche 13				
Total				
TOTAL	(Repas =) + (Chambre =) =			

** SP : sanitaires privés - SC : sanitaires communs

Nous vous informons que les repas étant commandés auprès d'un traiteur, tout repas réservé sera facturé.

Par ailleurs, nous vous informons que l'hébergement et la restauration au dojo ne sont pas obligatoires.