



# AÏKIDO

## Stage National



Ligue Hauts-de-France

# AÏKI TAÏSO

1er et 2  
Mars 2025

Animé par

**Anne-Laure  
GAILLARD**

*Chargée de mission - 5<sup>e</sup> Dan*

Lieu :

Espace Suzanne Règnier  
280 chemin d'Ogimont  
59780 BAISIEUX



### **Samedi 1er mars 2025**

**9h-11h** : Aïki Taïso / Aïkido

**11h-11h30** : Organisation de l'après-midi avec les candidats

**14h30-17h30** : Mise en situation des candidats (participation des non-candidats est bienvenue car c'est une séance de pratique)

**17h30-18h30** : Aïkido / Aïki Taïso

### **Dimanche 2 mars 2025**

**9h-11h** : Aïki Taïso / Aïkido

**11h-11h30** : Synthèse

*Stage ouvert à tout licencié, candidat ou non à la certification Aïki Taïso.*

#### Tarifs participation au stage :

**30 €** : stage complet

**20 €** : demi-journée

Inscription nécessaire pour les candidats à la certification avant le 24 février 2025

Voir en annexes :

- Fiche d'inscription pour les postulants à la certification.
- Liste non exhaustive des hébergements

Présentation du passeport F.F.A.B.  
Timbre de licence et certificat médical en cours de validité

[www.ffabaikido.fr](http://www.ffabaikido.fr)

Renseignements / Contacts



Inscriptions et renseignements liés au stage : Ligue Hauts-de-France • E-mail : [formation@aikido-hdf.fr](mailto:formation@aikido-hdf.fr) Tél : 06.84.04.00.05

Candidatures à la certification : **Kamel BOUSSABOUA** • Coordonnateur Com. Nationale Aïki Taïso • E-mail : [kamel.boussaboua@laposte.net](mailto:kamel.boussaboua@laposte.net)



# Stage national Aïki Taïso • 1er et 2 mars 2025

Baisieux • Ligue Hauts-de-France

## Fiche d'inscription pour certification



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<sup>er</sup> dan  2<sup>e</sup> dan  3<sup>e</sup> dan  4<sup>e</sup> dan  5<sup>e</sup> dan  6<sup>e</sup> 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 sensei ou toute autre variante)
- Do-In
- Jikyo-Jutsu
- Série d'étirements (stretching)
- Makko-Ho
- Préparations énergétiques (Chi 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)

Les mises en situation auront lieu le samedi après-midi, mais cette information permettra à la commission d'organiser les différents passages en fonction du nombre de candidats.

Samedi matin

Samedi après-midi

Dimanche matin

### IMPORTANT

Fiche à envoyer dès que possible et avant le 24 février 2025 à : [kamel.boussaboua@laposte.net](mailto:kamel.boussaboua@laposte.net)



# Stage national Aïki Taïso • 1er et 2 mars 2025

## Baisieux • Ligue Hauts-de-France

### Hébergements



#### Réservation de l'hébergement à l'initiative des stagiaires

#### Liste non exhaustive

**Kyriad Lille-Est - Hem** : Avenue Henri Delecroix - 59510 Hem / Tél. : 03 20 75 00 37

**Kyriad Lille-Est - Villeneuve-d'Ascq** : 15, avenue de la Créativité - Parc des Moulins - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 47 46 46

**HotelF1 Lille Villeneuve-d'Ascq** : 3, boulevard de Mons - ZAC du Tir à Loques - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 0 891 70 54 28

**Cowool Lille Villeneuve-d'Ascq - Ex Olivarius** : 6, avenue Halley - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 59 35 36 37

**Ibis Budget - Lille Villeneuve-d'Ascq** : 9, boulevard de Mons - ZAC du Tir à Loques - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 0 892 70 03 86

**Ibis Lille Villeneuve-d'Ascq Grand Stade** : Rue du Vercors - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél : 03 20 91 81 50

**Twenty Business Flats Lille Grand Stade** : 231, boulevard de Tournai - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 47 60 06

**Park Inn by Radisson Lille Grand Stade** : 211, boulevard de Tournai - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 64 40 00

**B&B HOTEL Lille - Villeneuve-d'Ascq Grand Stade** : Rue du Vercors - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 0 892 23 30 17

**B&B HOTEL Lille Grand Stade** : 217, boulevard de Tournai - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 0 892 70 25 48

**The Originals City, Hôtel Ascotel, Lille-Est Grand Stade** : Avenue Paul Langevin- 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 67 34 34

**The Originals Residence, Le Wax, Lille-Est** : 161, avenue Le Nôtre - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 12 25 87

**Hôtel Morphée Lille Villeneuve-d'Ascq** : 35, rue de La Cousinerie - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 47 17 18

**Campanile Lille-Est - Villeneuve-d'Ascq** : Avenue de Canteleu - La Cousinerie - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 03 20 91 83 10

**Hôtelya - Lille Villeneuve-d'Ascq** : 7, allée des Alouettes - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél. : 06 45 12 46 64

**Hôtel Stars Lille** : 7, rue Entre Deux Villes - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél : 03 20 67 07 20

**Golden Tulip** : 231, boulevard Tournai - 59650 Villeneuve-d'Ascq / Tél : 03 20 47 60 06

**Hôtel Couvent des Minimés** : 17, quai Wault - 59800 Lille / Tél : 03 20 30 62 62

**Hôtel Première Classe** : Rue Chanzy - 59260 Lezennes / Tél : 03 20 47 22 36

**B&B HOTEL Lille Lezennes Stade Pierre Mauroy** : 1, rue Carriers - 59260 Lezennes / Tél. : 0 892 70 75 28