

# AÏKIDO

Ligue de Bourgogne Franche-Comté



## Séminaire École des cadres Nationale

LIGUE BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

18  
& 19

Octobre  
2025



ANIMÉ PAR  
*Luc BOUCHAREU* Shihan  
CEN 7<sup>ème</sup> Dan

&

Marion DUMOULIN  
Chargée de mission 5<sup>ème</sup> DAN

### Samedi 18 octobre 2025

- 9h-10h30 : Préparation traditionnelle commentée  
Thème fédéral
- 10h30-12h : Réponses sur le tatami au questionnaire
- 14h30-16h : Les accidents liés à la pratique
- 16h-17h30 : Échanges et questions
- 17h30-19h : Temps de découverte du Shiatsu

### Dimanche 19 octobre 2025

- 9h-10h30 : Préparation traditionnelle commentée  
Thème fédéral
- 10h30-11h30 : Les armes et la pratique
- 11h30-12h : Bilan du stage

Lieu

26 rue de la paix  
71100 CHALON-SUR-SAÔNE

*Conditions d'accès au stage :*

*Etre titulaire du 2<sup>ème</sup> Kyu  
Participer à l'ensemble du stage*

*Inscription avant le 1<sup>er</sup> octobre 2025*

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

**INSCRIPTION AU STAGE : 15 €** (frais de restauration et d'hébergement en sus)

Inscriptions, paiement en ligne, réservations repas et hébergement sur : <http://aikido-bfc.com>

Renseignements : [aikido.liguebfc@gmail.com](mailto:aikido.liguebfc@gmail.com)