

7ème stage d'été ...

7ème édition du stage d'été organisé par le club Aïki Dojo Sankaku.

Du 3 août au 5 août, à Saint Pol de Léon (29250) ...

En plein air, sur l'îlot Sainte Anne (entre autre).

Il est axé sur la pratique des armes (ken, jo, etc) sous différents « angles ».

Il est aussi l'occasion de pratiquer la coupe réelle sur paillon (suemonogiri).



Ouvert à tous et tout particulièrement aux jeunes qui veulent se retrouver pour un temps fort autour de la pratique des armes , mais pas que !

Au programme ...

Vendredi soir :

16h30 - 18h00 : Confection des paillons

18h30 - 20h30 : Aïki-taïso, Rolling tonic (au Dojo)

Samedi matin : (îlot ste Anne)

7h00 - 8h00 : Qi Gong du bâton

9h30 - 12h30 : Jodo, kenjutsu

✧ *Petit-déjeuner et pique nique sur place*

Samedi après midi :

15h00 - 18h30 : Kenjutsu, atelier coupe * (suemonogiri)

Lieu précisé lors de l'inscription

✧ *19h00 : apéro et barbecue ...*

Dimanche matin : (îlot ste Anne)

10h00 - 12h30 : Aïki-ken / Aïki-jo (Nishio sensei)

*NB : L'organisateur se réserve le droit de restreindre l'accès à l'atelier « suemonogiri » en fonction du nombre ou du niveau des pratiquants.

Inscription :

L'inscription au stage est fortement recommandée ... Afin de prévoir l'accueil et la logistique au mieux !

Stage ouvert à tous sous réserve d'être en possession d'une licence dans le domaine des arts martiaux (aïkido, Iaido, Jodo, etc.), certificat médical à jour.

Pour les mineurs (+ de 16 ans): Il sera demandé une autorisation parentale.

Côté pratique :

Chacun est responsable de sa personne et de son matériel pendant et en dehors de la pratique.

Hébergement possible « chez l'habitant » (prévoir sa tente), mais également camping et aire de camping-car à proximité.

Restauration en commun proposé (pique nique, barbecue, ...).

- Participation collective en nature (style auberge espagnole) !



Participation financière :

Stage et atelier de coupe sur paillon, bonne humeur et détente ...

Le tout pour 20 euros* !!

La participation financière comprend à la prise en charge des paillons !

* tarif comprenant 4 paillons Omote ou l'équivalent. (5 € par paillon supplémentaire)

Renseignements et inscriptions

au 06 13 98 28 39 ou par E-mail : a.sankaku@orange.fr

<http://www.aikidojosankaku.fr/>