

Thème du trimestre Také Yuki Yadosazu

objectif Laisser passer la force, ne pas entrer en opposition

Ref.	DATE	THEME	FONDATION	OBJECTIF principal
057	lundi 21 avril		Lundi de Pâques	
058	jeudi 24 avril	Kihon	Kokyu	Immobilisation
059	lundi 28 avril	Tachi waza	Shisei	Immobilisation
060	jeudi 1 mai	Tachi waza	Shisei	Projection
061	lundi 5 mai	Ushiro waza	Ma-aï	Projection
062	jeudi 8 mai	Ushiro waza	Ma-aï	Continuité dans l'action
063	lundi 12 mai	Suvari waza	Kamae	Continuité dans l'action
064	jeudi 15 mai	hanmi handachi waza	Irimi	Saisie
065	lundi 19 mai	hanmi handachi waza	Irimi	Saisie
066	jeudi 22 mai	Tachi waza	Tenkan	tsuki
067	lundi 26 mai	Tachi waza	Tenkan	tsuki
068	jeudi 29 mai	Saisie	Ascension	
069	lundi 2 juin	Saisie		Catalogue (technique)
070	jeudi 5 juin	Tsuki		Catalogue (technique)
071	lundi 9 juin	Tsuki	Pentecôte	
072	jeudi 12 juin	Shomen Uchi		Récupération
073	lundi 16 juin	Shomen Uchi		Récupération
074	jeudi 19 juin	Yokomen Uchi		Continuité dans l'action
075	lundi 23 juin	Yokomen Uchi		Continuité dans l'action
076	jeudi 26 juin	Jyu waza		Fluidité
077	lundi 30 juin	jyu waza		Fluidité
078	jeudi 3 juillet	Jyu waza		Relâchement

Stage à venir

Santé	Stage aikido	19 - 20 avril	Loudéac	Ligue de Bretagne / Fédé
3-4	Prépa Dan aikido	26 - 27 avril	Lambale	Ligue de Bretagne / Fédé
	Atelier jodo	03-mai	St pol / Morlaix	Club
	Stage Buki waza	04 mai	Plonevez du Faou	Club Uzumaki
	Stage Jodo	10 - 11 mai	St Armand Montrond	FEJ
Samedi matin	Bifa	samedi 18 mai	Morlaix	Ligue de Bretagne
Stage National	Stage jeune	samedi 18 et 19 mai	Morlaix	Ligue de Bretagne
Sylvain Creuzet	stage jodo	07 - 08 juin	St Pol de Léon	Club
	Passage Dan	14 juin	Ploermel	Ligue de Bretagne / Fédé
B Berthelo	Stage aikido	28 juin	Morlaix	Club (gratuit)