

ÉVÈNEMENT

du 18 au 21

Mai

2023

Stage
NATURE

Affilié FFAB

AÏKIDO



Les Échandés - Saint Étienne
Édition Spéciale 20 ans

Avec

Antoine Soares 6^{ème} Dan, CEN FFAB

Xavier Boucher 6^{ème} Dan, CEN FFAB

Guillaume Colonge 6^{ème} Dan, CEN FFAB

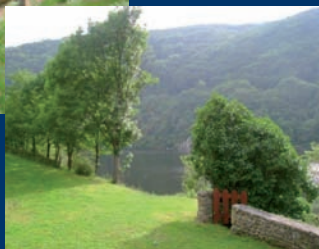
Gabriel Femenias 6^{ème} Dan, CEN FFAB

Nicolas Seguin 5^{ème} Dan, FFAB

Informations et inscriptions

<https://stage.aikidojo.stetienne.org>

合
氣
道



PRATIQUEZ et SÉJOURNEZ au coeur des Gorges de la Loire

Ce stage tous niveaux est l'occasion de pratiquer l'Aïkido en pleine nature et de partager le week-end entre amis ou en famille dans un cadre magnifique.

Le Hameau des Echandes (Le Pertuiset à Unieux, Loire) est situé à 19 kms de Saint Etienne. Le gîte est en plein coeur d'un vaste espace naturel : une splendide falaise de verdure en bordure de Loire et sous forme d'un authentique hameau paysan. Le logement est assuré sur place, si vous le souhaitez : par petits groupes, avec quelques appartements pour les familles.

Loisirs possibles : baignade, randonnée, kayak, escalade sur falaise (avec votre matériel).

Apportez votre passeport, vos armes, et des chaussures confortables pour la pratique en extérieur.



Édition Spéciale 20 ans

LE PROGRAMME



Jeudi 18 mai

18h - 20h : Marche, pratique respiratoire puis armes sur les crêtes
Dîner au coin du feu

Vendredi 19 mai

7h - 8h : Pratique du matin, Aïkitaïso/Armes
9h : Accueil et installation
10h - 12h : Pratique Aïkido
14h30- 17h30 : Pratique Aïkido
17h30 - 19h : Massage de tradition Japonaise et asiatique*
Apéritif, dîner et amitié

Samedi 20 mai

7h - 8h : Pratique du matin, Aïkitaïso/Armes
9h30 - 12h : Pratique Aïkido
14h30- 17h30 : Pratique Aïkido
17h30 - 19h : Massage de tradition Japonaise et asiatique*

FÊTE du 20^{ème} anniversaire Stage Nature :

Convivialité, Vidéos Aïkido, Surprises,
Tombola des échantes et Tradition du feu !

Sans oublier l'accordéon et les voix des échantes...

Dimanche 21 mai

7h - 8h : Pratique du matin, Aïkitaïso/Armes
9h30 - 12h : Pratique Aïkido
12h : Barbecue et loisirs au gré des envies

** ouvert aux accompagnants adultes et enfants*

En cas de mauvais temps, une salle avec tatamis accueillera les pratiquants.



PARTICIPEZ à l'évènement AïKIDO Nature 2023

A l'occasion de ce stage exceptionnel tant par la pratique de l'Aïkido en pleine nature, que par le prestige de son équipe pédagogique,



les clubs organisateurs FFAB de Oullins et de Saint Etienne vous proposent des **formules à la carte** pour tous :

- Entre aikidokas, accompagné(e) ou en famille
- Pour la pratique, en vous restaurant sur place
- En hébergement tout inclus pour 1, 2 ou 3 nuits

Pensez à réserver
Repas et nuitées sur place
PLACES LIMITÉES

TARIFS*

	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours
Pratiquant	40 €	100 €	130 €	160 €
Accompagnant	20 €	60 €	80 €	100 €
Enfant	15 €	40 €	50 €	60 €

* Ces prix comprennent les petits-déjeuners , les repas  et nuitée(s)  sur place. Une réduction famille est possible : nous consulter

RÉSERVATIONS avant le 15 avril 2023
sur stage.aikidojo.stetienne.org

RENSEIGNEMENTS 06 83 89 02 65 / contact@aikidojo.stetienne.org

