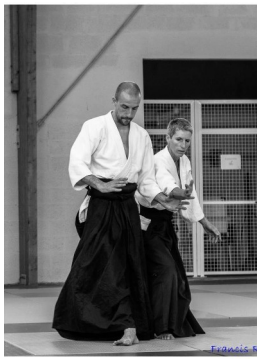
AÏKIDO

Ecole des cadres Nationale

LIGUE BRETAGNE





12 & 13 | Décembre 2026

ANIMÉ PAR

Gabriel FEMENIAS

CEN 6e DAN

&

Jean-Marie MICHAUD

ACT 5e DAN

Samedi 12 décembre 2026

9h30-12h00 : Préparation Traditionnelle commentée
Thème fédéral « Le sabre au cœur de l'Aïkido »
Réponses sur le tatami au questionnaire

14h00-15h00 : Les accidents liés à la pratique *(sous réserve de disponibilité d'un(e) intervenant(e)*

15h00-18h00 : Thème fédéral
Travail sur les fondations, les fondamentaux
Groupes de travail (ateliers)

Après le repas du soir : Thématique liée au questionnaire et Séquence « culturelle »

Dimanche 13 décembre 2026

9h30-12h00 : Préparation traditionnelle commentée
Thème fédéral
Keiko

12h00-12h30 : Bilan du stage

Lieu

Base Départemental de Plein Air
Guerlédan
106 rue du Lac
22530 MUR DE BRETAGNE

Conditions d'accès au stage :

Etre titulaire du 2ème Kyu
Participer à l'ensemble du stage

Inscription en ligne avant le 1er décembre ***ou ICI***

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

INSCRIPTION : STAGE COMPLET 30 € - LA JOURNEE 20 € - LA ½ JOURNEE 15 €

auxquels il faut rajouter l'hébergement et le coût du ou des repas.

renseignement – Maryse Morin : president@aikidobretagneffab.bzh