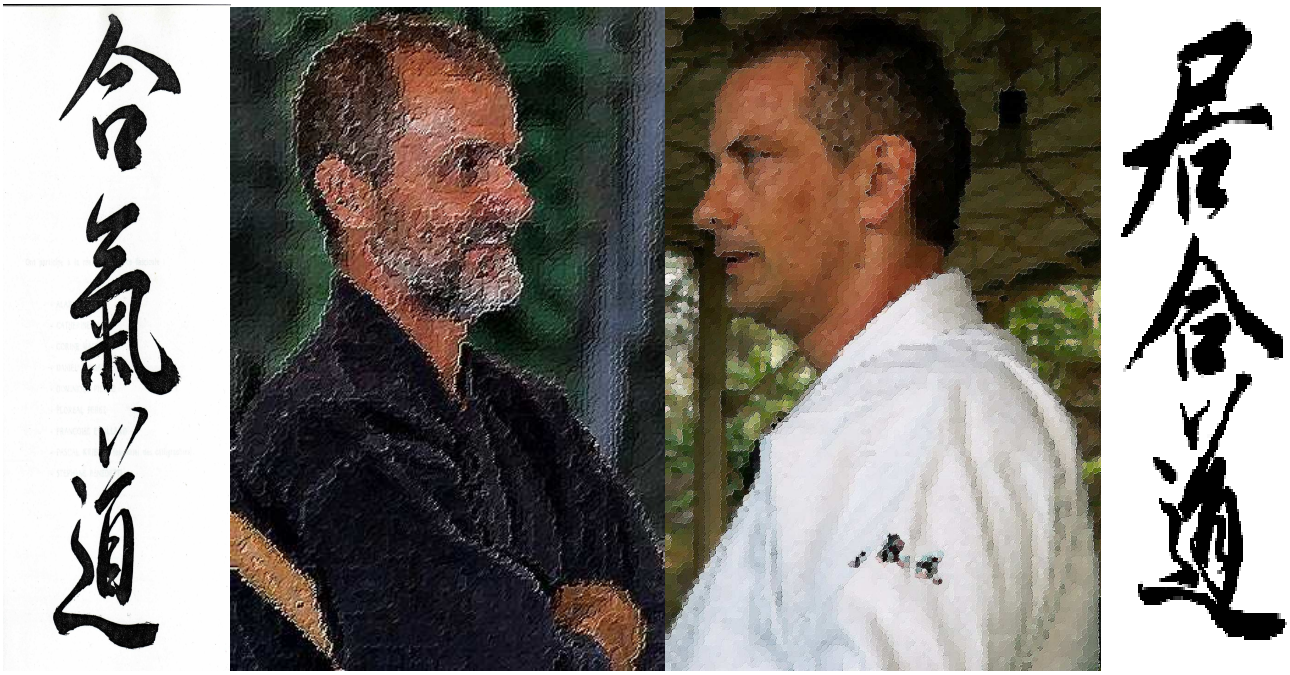
AÏKIKAÏ DE PRAYSSAC

Stage d'été de Prayssac



Dominique Boetti 3ème dan Aïkido BE, 4ème dan Iaïdo

Blog : http://aikijodom.skyrock.com

Patrick Henner 3ème dan Aïkido BE

Du vendredi 6 juillet au mardi 10 juillet 2012

Dojo du gymnase de PRAYSSAC (46)

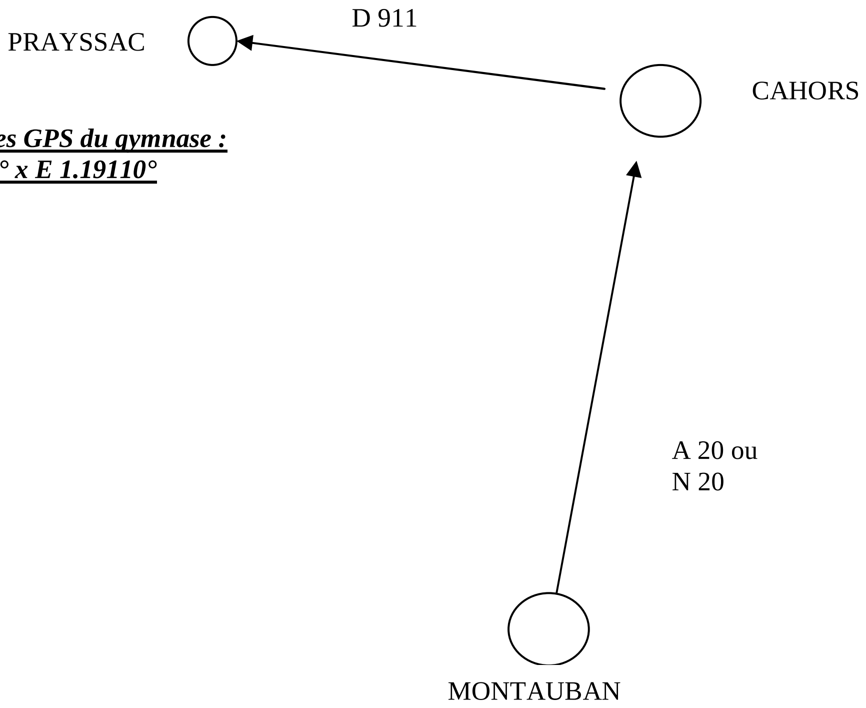
Horaires : 07H00 à 11H30 et 18h30 à 21h00 (11h30 mardi)

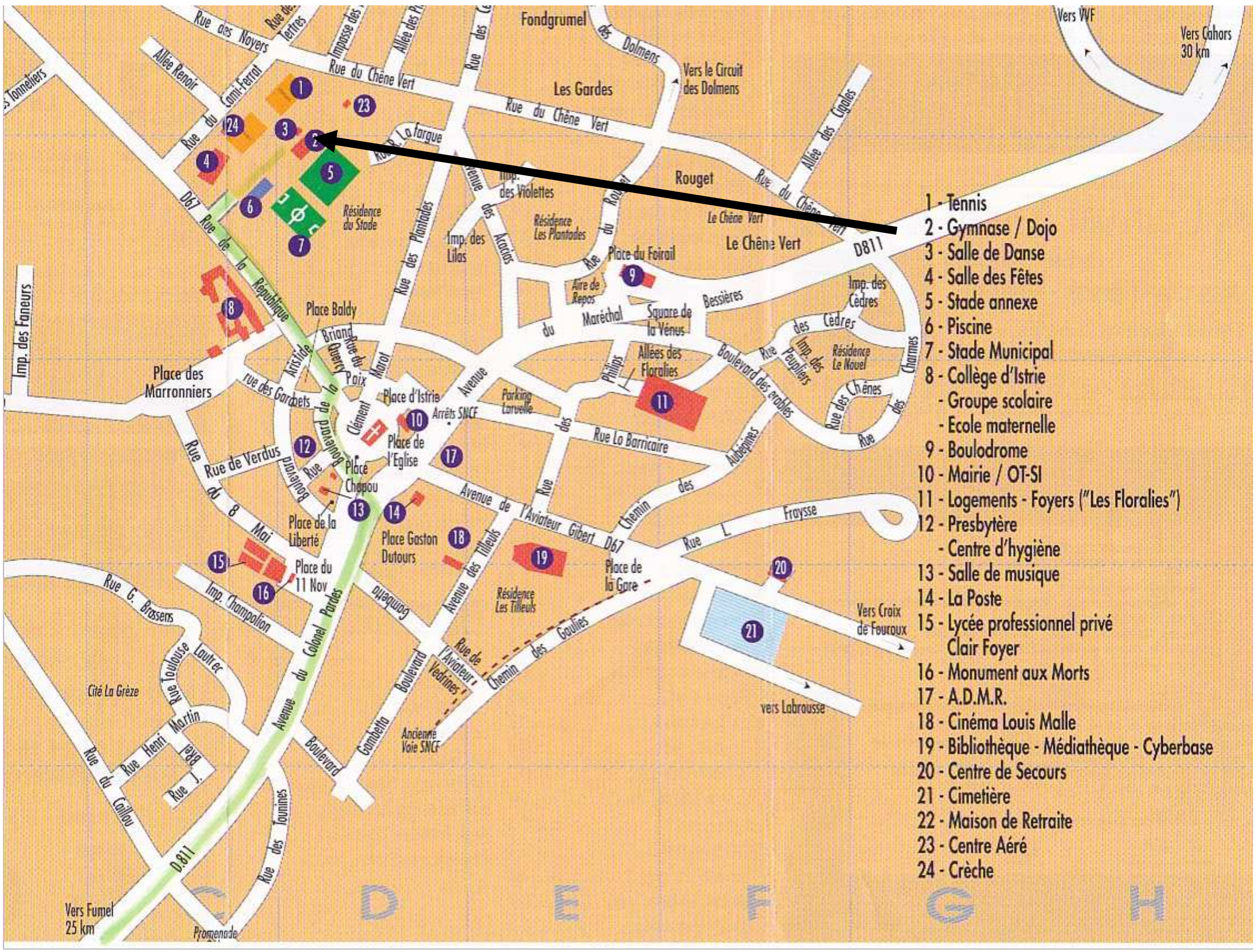
Tarifs : 50€ le stage, 15€ la journée (Enfants 25€ et 8€)

Renseignements au : 06 71 24 75 23 ou aikidoprayssacois@gmail.com

Licence en cours (toutes fédérations,) et certificat médical exigés pour participer au stage.

Coordonnées GPS du gymnase :
N 44.50696° x E 1.19110°





PROGRAMME du STAGE de PRAYSSAC du 6 au 10 JUILLET 2012

Horaires	Vendredi	Samedi	Dimanche	Jeudi	Mardi
7h / 8h30	**IAÏ- KEN** dB	**IAÏ- KEN** dB	**IAÏ- KEN** dB	**IAÏ- KEN** dB	**IAÏ- KEN** dB
PAUSE - CAFE					
9h / 9h30	**AÏKI TAISO** pH	**AÏKI TAISO** dB	**AÏKI TAISO** pH	**AÏKI TAISO** dB	**AÏKI TAISO** pH
9h30 / 11h30	**AÏKI /armes** pH / dB	**AÏKI /armes** dB / pH	**AÏKI /armes** pH / dB	**AÏKI /armes** dB / pH	**Synthèse / Evaluation** pH / dB
DEJEUNER & TEMPS LIBRE					
18h30 / 19h	**Mondoo** dB / pH	**Mondoo** pH / dB	**Mondoo** dB / pH	**Mondoo** pH / dB	
19h / 20h30	**AÏKI / armes** dB / pH	**AÏKI / armes** pH / dB	**AÏKI / armes** dB / pH	**AÏKI / armes** pH / dB	
20h30 / 21h	**Jumbi dosa & Synthèse** dB	**Jumbi dosa & Synthèse** pH	**Jumbi dosa & Synthèse** dB	**Jumbi dosa & Synthèse** pH	