



# Commission Seniors

Saison 2024 - 2025

## Les stages Nationaux Seniors :

Ces stages s'adressent aux seniors désirant reprendre une activité physique ainsi qu'aux personnes intéressées par l'enseignement aux seniors.

Région GRAND EST	9-10 novembre 2024
Région PACA – Shumeïkan - Bras	9-10-11 mai 2025

## Déroulement des stages Nationaux

Samedi Après-midi	Dimanche matin
- 14h30 - 15h45 : Cours	- 9h – 10h15 : Cours
- 16h00 – 17h15 : Cours	- 10h30 – 11h45 : Cours et évaluation
- 17h30 : Réunion pour les futurs enseignants	

**Bien entendu les horaires pourront être adaptés en fonction des impératifs de chaque ligue.**

**Le thème fédéral pour cette année : L'AIKIDO C'EST KEIKO**

Nous orienterons notre pratique dans ce sens et nous développerons pendant cette nouvelle saison le travail des armes.

Bonne rentrée  
La Commission Seniors

RECONNUE PAR L'AIKIKAI SO HONBU DE TOKYO

[www.ffabaikido.fr](http://www.ffabaikido.fr)

SIÈGE FÉDÉRAL :  
244 ROUTE DE BRUE AURIAG - PLAGE DES ALLÉES / 83149 BRAS / TÉL. 04 98 05 22 28 / E-MAIL FFAB@AIKIDOFFAB.FR  
AGRÉMENT MINISTÉRIEL JEUNESSE ET SPORTS DU 3 DÉCEMBRE 2004 (FÉDÉRATION AGRÉÉE DEPUIS OCTOBRE 1985)  
ASSOCIATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE