



AÏKIDO Séminaire



OUVERT à TOUS

de la Commission
Nationale FEMININE

du 4 / Février
au 6 / 2022



ANIMATION TECHNIQUE
NATHALIE GERIN-ROZE
5^{ème} DAN
ET LES COORDINATRICES
CNF et CRF

au Shumeikan Dojo de Bras
Les Allées
244 route de Brue-Auriac
BRAS (83149)

Vendredi 4 Février 2022
18h30 : Accueil des participant(e)s

Samedi 5 Février 2022
Pratique de 7h30 à 8h30
de 10h00 à 12h00
de 15h à 17h30
Réunion CNF-CRF

Dimanche 6 Février 2022
Pratique de 9h00 à 11h00

Présentation obligatoire du passeport
FFAB avec le timbre de licence de la
saison en cours et le certificat médical
en cours de validité et le Pass' sanitaire

www.ffabaikido.fr



INSCRIPTION IMPERATIVE pour le 20 janvier 2022 : domimassias@wanadoo.fr

INFORMATIONS PRATIQUES

Hébergement

soit à Shumeikan,
soit libre

HÔTELS ST MAXIMIN (La Ste BAUME) (Réserver directement)

HEBERGEMENT A SHUMEIKAN :

Chambre (2 personnes) : 15€/lit/nuît (sanitaires privés)

Chambre (4 personnes) : 11 €/lit/nuît (sanitaires collectifs)

Restauration

Repas à Shumeikan 15€/repas (vin et café compris)

3€/ petit déjeuner

Participation stage

Stage complet 15€

Merci de préciser si vous êtes restreints à une spécificité alimentaire

Participation de tous à l'intendance

Transport pour arriver à Saint Maximin

Vous trouverez sur le site de l'ENA toutes les précisions concernant les moyens de transport pour venir à Bras <http://ena-aikido.com/ena/acces>.

En train : Gare SNCF d'Aix-en-Provence ou Marseille. Prendre le bus (possibilité de tarif de groupe avec bus jusqu'à Bras affrété par la SNCF).

En Bus : Prendre le bus à Marseille (gare routière à 100m de la gare SNCF ou à Aix-en-Provence, dans la direction de St Maximum ou bien de Tourves. Ces 2 villages se trouvent à une dizaine de km de Bras.

INSCRIPTION AU STAGE

NOM, Prénom :

N° de licence :

Adresse postale :

Téléphone :

E-mail :

Ligue, club, pays :

Jour et heure d'arrivée :

Moyen de transport:

Merci de cocher les cases vous correspondant

Hébergement et repas à Shumeikan	Vendredi	Samedi	Dimanche	Totaux
Chambre 11€/nuît (dortoir 4 lits)				
Chambre 15€/nuît (dortoir 2 lits)				
Petit déjeuner (3€)				
Repas du soir (15€)				
Repas du midi (15€)				

Récapitulatif

Stage 15€

(Aucun remboursement possible après la date limite d'inscription)

Hébergement et repas

MONTANT TOTAL

Chèque (acompte de 50€ ou totalité) à l'ordre de la FFAB (à joindre avec la réservation)

A retourner à Dominique Massias - 7 rue du hameau Douncel - 80260 SAINT GRATIEN