AÏKIDO OSÖJI

修明館

Pratique Traditionnelle

DOJO SHUMEIKAN

Pour Osöji, pratique traditionnelle initiée par Tamura Shihan, chaque participant vient offrir un peu de lui-même, de son temps et de son enthousiasme pour l'esprit du Dojo Shumeïkan. Au-delà de la technique, les pratiquants s'investissent dans l'entretien du dojo: cet engagement leur permet de vivre fortement le sens individuel de la pratique Misogi, au sein d'une famille élargie qui se réunit pour partager cette pratique. "Les pratiquants cherchent à arriver plus tôt que quiconque afin de nettoyer et ranger le dojo ; il en est de même après l'exercice. Ce nettoyage ne concerne pas seulement le dojo lui-même, mais aussi le pratiquant qui, par ce geste, procède à un nettoyage en profondeur de son être..."

(Nobuyoshi Tamura Shihan).

Vendredi 20 au Dimanche 22 | Décembre 2024

Vendredi	Accueil et organisation : 11:00 Déjeuner: 12:00 -14:00 Nettoyage Dojo : Après-midi Pratique Aïkido : 18:00 – 19:30
Samedi	Pratique Aïkido : 7:15 - 8:15 Nettoyage Dojo : Matin & après-midi Pratique Aïkido : 18:00 – 19:30 Apéritif et Diner du stage : 20:30
Dimanche	Pratique Aïkido : 7:15 - 8:15 Pratique Aïkido : 9:30 – 11:00 Fin du Nettoyage : 11:00 -12:00

Animation: Antoine Soares, CEN FFAB
Xavier Boucher, CEN FFAB

ECOLE DOJO SHUMEIKAN
Les Allées 83149
BRAS

Stage ouvert à tous les pratiquants FFAB
Réservé aux 25 premiers inscrits

Retourner dès aujourd'hui la fiche d'inscription ci-jointe
Présentation passeport fédéral

www.ffabaikido.fr

La participation à la pratique, l'hébergement et la restauration sont **GRATUITS** *et* ***OFFERTS*** *par la FFAB. L'inscription par écrit est INDISPENSABLE avec la fiche ci-jointe*

Inscriptions à la FFAB – 244 Route de Brue Auriac– 83149 BRAS ou par mail : *ffab@aikidoffab.fr*

Contact pour toute information sur le déroulement : Xavier Boucher, boucher@emse.fr

INSCRIPTION AU WEEK-END DE PRATIQUE

OSOJI BRAS Du 20 au 22 décembre 2024

Stage ouvert aux 25 premières inscriptions

Nom :	Prénom :
Adresse mail :	Tel :
Adresse courrier :	
Ligue d'appartenance :	Club :
Préciser votre jour et horaire d'arrivée :	

L'accueil et la nuit au dojo le jeudi soir sont possibles
Pour les pratiquants locaux, une participation limitée au samedi est possible
Le repas festif Osoji (voire très festif…) a lieu samedi soir
Contact pour le déroulement : Xavier Boucher, boucher@emse.fr

PRATIQUE ENTIEREMENT GRATUITE :

L'hébergement, les repas et la pratique sont entièrement gratuits et offerts par la FFAB.

Merci d'indiquer votre présence ci-dessous :

	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Petit Déjeuner				
Déjeuner				
Diner				
Hébergement				

Si certains restent astreints à une spécificité alimentaire – merci de nous en aviser :

Inscription à retourner à la FFAB au plus vite :

244 Route de Brue Auriac 83149 BRAS

ou par mail : ffab@aikidoffab.fr