

# AIKIDO

Cet été, du 22 au 28 juillet 2019,  
participez au  
**33<sup>ème</sup> Stage International**  
à  
**VAL d'ISERE**

合気道  
盛本



avec

**Jacques**

**Bonemaison Shihan**

**7ème Dan AĪKIKAI de Tokyo**

**C.E.N. par la F.F.A.B**

**Dans le Parc Naturel  
de la VANOISE  
en SAVOIE**

Sous l'égide de l'Association SHIN KAI  
En collaboration avec VAL d'ISERE  
et son club des sports

Renseignements:

- E-mail: [valdisere@dojoshinkai.org](mailto:valdisere@dojoshinkai.org)  
- Tél: François Net - 06 74 94 35 70

# 33<sup>ème</sup> stage international d'AïKIDO à Val d'Isère (73)

Du lundi 22 juillet au dimanche 28 juillet 2019 inclus

## DEROULEMENT DU STAGE

- **7 h 00 – 8 h 30 : Respiration / Qi-Gong / Méditation** (parfois en Montagne).
- **10 h 00 – 12 h 30 : Aïkido au Dojo** (certains cours pourront se dérouler en pleine Nature).
- **Après-midi : Découverte de la Vanoise & pratique en Montagne.**
- **Soirées autour de thèmes « Aïkido »** prévues à l'hôtel Sakura ou au Dojo.

## PARTICIPATION

- **160 €** (1/2 tarif pour les jeunes de moins de 18 ans).  
Se faire connaître dès que possible (pré-inscription recommandée).  
Licence fédérale et certificat médical indispensables.

*Nombreuses activités à Val d'Isère pour le conjoint et les membres de la famille ne pratiquant pas l'Aïkido (voir ci-après).*

**HEBERGEMENT** recommandé à **l'hôtel SAKURA** pour les Aïkidokas et leur famille, *afin de mieux vivre ce moment ensemble et approfondir les relations entre participants.*

- **Formule « studio de montagne »** (avec cuisine équipée, draps et linges de toilettes inclus).  
Prix pour la semaine (**du dimanche 21/07 au dimanche 28/07 à midi**) :

Type de studio	Nombre de personnes	Prix	Nombre de studios
18m <sup>2</sup> Nord douche/wc	2	320 € (230 € si 1 pers)	4
32m <sup>2</sup> Ouest bain/wc	3 (de préférence)	550 € (390 € si 1 pers)	3
38m <sup>2</sup> Sud bain/wc	4 (de préférence)	650 €	3
60m <sup>2</sup> douche/wc	6	850 €	2

Petit déjeuner optionnel : 6 € par personne.

Taxe de séjour : 0,9 € par personne et par jour.

- **Hébergement à l'hôtel Les Crêtes Blanches** (chambres classiques) mitoyen de l'hôtel Sakura et tenu par la même famille. Tarif également préférentiel, (Contacter les organisateurs pour plus de renseignements).

*NB : Ces 2 hôtels vous offrent un « pass été » (piscine, remontées mécaniques, différentes activités découvertes).*

## ACCUEIL ET INSCRIPTIONS

Vous serez accueillis à l'hôtel Sakura **le dimanche 21 juillet 2019 à partir de 17h.**

**Pré-inscription à effectuer dès que possible.**

### **BULLETIN D'INSCRIPTION (A retourner à : Association SHIN KAÏ**

C/F Mme AIRES, 9 rue des Prés. Entrée C. 92000 NANTERRE)

Je soussigné,

M \_\_\_\_\_ demeurant \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_ Mail \_\_\_\_\_

Pratiquant au Dojo (nom et adresse) \_\_\_\_\_.

Grade \_\_\_\_\_ m'inscrits par la présente sur la liste des participants au 33<sup>ème</sup> stage.

Numéro de licence fédérale \_\_\_\_\_.

**STAGE** : Pour que mon inscription soit ferme, je joins un chèque de 80 € à l'ordre de **SHIN KAÏ**.

Si **HEBERGEMENT** à l'hôtel Sakura, je choisis la formule : \_\_\_\_\_.

Je verse un chèque d'arrhes de 50% à l'ordre de « **Hôtel SAKURA** ».

**NB** : Envoyer les **2 chèques** à : Mme AIRES, 9 rue des Prés, Entrée C. 92000 NANTERRE – France  
Vous recevrez en retour un accusé de réception en confirmation de votre inscription.