

Kangeiko

Du 9 au 14
février 2020
au dojo
Shumeikan



Stage dit «du froid» dans le tradition du Budo
Dojo de M° Tamura Nobuyoshi. A Bras (Var). Avec :

**Jacques Bonemaison Shihan, 7°Dan Aikikai
et Jean-Pierre Lafont, 6°Dan Aikikai**

Programme du stage :

Dimanche 9 Février

17h30.....Accueil
18h.....Premier cours
19h30.....Échanges au cours du repas et présentation du stage

Lundi 10 Février au Vendredi 14 Février

7h à 8h30 Taï chi / Méditation
9hPetit déjeuner
10h à 12hCours d'Aïkido
12h30Déjeuner
Après-midi.....Activité autour du thème «Kangeiko»/Cours d'Aïkido**
SoirDîner et soirée***

* Le stage se termine après le cours du Vendredi matin, et, à l'issue du nettoyage des locaux.

** Les horaires des cours de l'après-midi seront donnés lors de l'accueil

***Le cours du jeudi soir sera suivi de la soirée de clôture

Attention

Compte tenu de la capacité d'accueil, seules les 30 premières demandes pourront être satisfaites.
Les réservations doivent être effectuées avant le 20 Janvier

Renseignements et inscriptions:

Mél: patrick.roubadour@wanadoo.fr Tel: Patrick Troubadour 06 82 18 65 90

Kangeiko 2019 (Compte rendu) : <http://www.jacquesbonemaisonsshihan.sitew.fr>



Informations pratiques

1. Frais de fonctionnement ENA

Adhérents 40.00 € / Bienfaiteurs 35.00 €

2. Hébergement

L'ENA propose :

- Des chambres de 4 personnes (sanitaires collectifs) = 15 € / Lits / nuit
- Des chambres de 2 personnes (sanitaires privés) = 20 € /lit / nuit

Note : Les demandes sont prises en compte dans l'ordre de réception des inscriptions

3. Repas

Participation forfaitaire de 180 € aux repas comprenant les petits déjeuners, les repas du midi et du soir. Les repas sont pris au dojo, moments de convivialité et de partage qui font partie intégrante du stage

4. Inscription ENA

La cotisation 2019 / 2020 à l'ENA (16 € - à régler séparément) peut être réglée sur place. L'adhésion à l'ENA est impérative et réglée séparément

5. Tarif des cours

Dans l'esprit de Tamura Sensei, l'Enseignement à son Dojo est effectué sous le signe du bénévolat. En conséquence, aucune rétribution n'est demandée.

« Le Dojo sera géré uniquement selon le principe du dévouement..
Le dévouement est un moyen de s'accomplir, et une source de joie pour soi-même ».
N.Tamura

« Cf. Le livre Nobuyoshi Tamura Shihan Son message, son héritage p.30 »

6. Accès à l'ENA

Modalités d'accès à l'ENA disponibles sur : <http://ena-aikido.com/ena/acces>
Possibilité de transfert Aix en Provence TGV – Bras en navette privée le 9/02/20
à indiquer sur le bulletin d'inscription.

Réservation

Les réservations doivent inclure les documents suivants et sont à envoyer à :
Patrick TROUBADOUR, 4 Lieu-dit le Chaubourg, 89150 Fouchères

1/ Une photocopie des documents suivants :

- Passeport FFAB avec la licence 2019 / 2020
- Carte d'adhésion à l'ENA avec le timbre de l'année 2019 / 2020

2/ Un chèque à l'ordre de l'ENA d'un montant de :

- 100 € par personne. Hébergement en chambre de 2 personnes
- 75 € par personne. Hébergement en chambre de 4 personnes

Note : Le reste des frais sera versé sur place



Bulletin d'Inscription

A renvoyer impérativement avant le 20 Janvier 2020 à :

Patrick TROUBADOUR

4 Lieu-dit le Chaubourg

89150 Fouchères

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Email :

DOJO :

Réservation Hébergement

En raison du nombre limité de places, les demandes d'hébergement seront prises en compte dans l'ordre de réception des inscriptions.

Hébergement souhaité :

Chambre 2 personnes

Chambre 4 personnes

Documents à fournir

Pour valider mon inscription, je joins à ce bulletin :

1/ Une photocopie des documents suivants :

- Passeport FFAB avec le timbre de licence 2017/2018
- Carte d'adhésion à l'ENA avec le timbre de l'année 2017/2018

2/ Un chèque à l'ordre de l'ENA d'un montant de :

- 100 € par personne pour un hébergement dans une chambre 2 personnes
- 75.00 € par personne pour un hébergement dans une chambre de 4 personnes

NB :Le restant des frais sera versé sur place.



Réservation Navette : Oui Non

La gare concernée est la gare « d'Aix-en-Provence TGV » et le RDV est prévu à 14h30, devant celle-ci.

Départ navette fixé le Dimanche 9/02 à 15h30. RDV devant la gare de AIX TGV.

Retour navette prévu le Vendredi 14/02 à Bras, pour 15h15. Arrivée à AIX TGV aux alentours de 16h.