



DOJO DE NEUCHÂTEL
Espace culturel
Rue de Maillefer 11d
T. 079 691 19 18
eric.graf@dojo-ne.ch
www.dojo-ne.ch



Aikido SanShinKai

Stage de préparation aux examens 6^e KYU à 4^e DAN

Sous la direction de Eric Graf 5^e dan
et Sonja Graf, 3^e dan

三心舎

Neuchâtel, 16-17 mars 2017

Vendredi 16 mars



Bloc 1 pour tous les niveaux *kyu* et *dan*

18h00 - 19h00 Entraînement ciblé 6^e à 1^{er} *kyu*

19h15 - 20h30 Entraînement basé sur les questions 6^e à 1^{er} *kyu*
et étude en groupes tous niveaux

Samedi 17 mars



Bloc 2 pour tous les niveaux *kyu* et *dan*

09h30 - 10h20 Entraînement ciblé 6^e à 1^{er} *kyu*

10h30 - 11h30 Entraînement basé sur les questions 6^e *kyu* à 4^e *dan*
et étude en groupe tous niveaux

11h35 - 12h15 Examens *kyu*

12h30-14h30 repas de midi sur inscription (15.-/personne)

Bloc 3 dès 1^{er} *kyu*

14h30 - 15h15 Entraînement *kumi jo* / *kumi tachi*

15h30 - 16h15 Entraînement basé sur les questions 1^{er} à 4^e *dan*
et préparation par groupe 1^{er} à 4^e *dan*

16h30 - 17h30 Entraînement *futari tori*, *buki tori* & *jo sabaki*



Prix: stage complet 50.- CHF, 1 bloc 20.- (moins de 15 ans, 30% de rabais)

Le stage est ouvert à tous les aikidokas.

Prenez votre programme d'examen avec vous, les pgms sont téléchargeables ici:

<http://www.dojo-ne.ch/fr/telechargements/programmes-d-examens>

et préparez vos questions.

Le contenu du stage s'adapte à la demande, il n'y aura pas le temps de parcourir tous les programmes en entier. N'oubliez pas vos armes pour le samedi.

Info & inscription sur www.dojo-ne.ch