



# Fédération Française d'Aïkido et de Budo G.H.A.A.N.

4<sup>ème</sup>  
**École des cadres  
Nationale**

**Stage dirigé par :**

**Pascal HEYDACKER**  
5<sup>ème</sup> Dan RTN GHAAN

**Dimanche 6 Mai 2012**

合  
氣  
道

## **Stage Gratuit pour les adhérents GHAAN**

### **Programme :**

Dimanche 6 mai 2012 :

➤ 9h30 à 12h00

Thème: **Awase<sup>^</sup> et Kokyu Ryoku<sup>\*\*</sup>**

Dans la continuité de ce qui a été développé les saisons précédentes, les notions de Awase et de Kokyu ryoku mettent en évidence la nécessité d'un engagement de Tori et de Uke, tant à main nue qu'aux armes.

### **Lieu :**

**Gymnase LA SOURCE**  
Salle FUGAIN (entre sol)  
1 boulevard Rodin  
92130 Issy-les-Moulineaux

### **Renseignements et inscription :**

Pascal HEYDACKER Tél: 06 28 37 37 16

[tazplh@neuf.fr](mailto:tazplh@neuf.fr)

➤ Dernière école de cadre de la saison 2011 - 20112

***Pensez à vous munir de vos armes et de votre passeport Aïkido.  
Avec votre timbre de licence pour la saison en cours ainsi que de votre certificat médical.***

- ♦ Awase : harmonisation avec l'attaque du partenaire.
- ♦♦ Kokyu ryoku : coordination de la puissance Physique et du rythme respiratoire.