



IAIDO - AIKIDO



Stage en Ile de France

«Pratiquer le laido pour perfectionner son Aikido»

Samedi 25 et dimanche 26 avril 2009

animé par

Michel Prouvèze

6ème dan Aikido - 4ème dan laido

Organisé par
le Cercle de laido
et le kobukan Dojo de Soisy

Salle des Arts Martiaux
Rue du Docteur Schweitzer
95230 Soisy-Sous-Montmorency

Renseignements

06 63 97 49 87

contact@cercledeiaido.com



tous les détails sur

www.cerledeiaido.com



Stage de IAIDO & AIKIDO en Ile de France Samedi 25 et Dimanche 26 avril 2009

Organisé par le **Cercle de laido**
et le **Kobukan Dojo de Soisy**



Horaires

Samedi après-midi	Accueil et inscriptions : 15h00
	Cours : 15h30 à 18h30
Dimanche matin	Accueil et inscriptions : 8h30
	Cours : 9h00 à 12h00

Nota : Par respect pour les pratiquants assurant l'accueil, merci de respecter les horaires d'inscription.

Tarifs

	Membre du Cercle de laido (adhésion annuelle 27 €)	Non-membres
Stage complet	25 €	35 €
Une demi-journée	14,00 €	19 €

Précautions diverses

- > Se munir d'un laito ou d'un bokken (avec tsuba et saya si possible).

Lieu du stage

Salle des Arts Martiaux
Rue du Docteur Schweitzer, 95230 Soisy-Sous-Montmorency

Itinéraire (plan sur : www.aikido-soisy.com)

Transports en commun

Prenez un train de banlieue à la Gare du Nord (surface) direction Pontoise ou Persan Beaumont (départ tous les quarts d'heure, généralement voie 34 ou 35).

Arrêtez-vous à la station Enghien-les-Bains.

De là, prenez le bus n°11, arrêt "Dr Schweitzer" (attention, le week-end les bus sont peu fréquents).

Ex : pour un stage le samedi à 15h00, prenez le train à la Gare du Nord à 13h47 (arrivée à 14h05), puis

prenez le bus n°11 à 14h15 (arrivée à 14h27).

Voiture

Si vous venez de Paris, prenez l'A86 direction Argenteuil / Gennevilliers / Cergy-Pontoise, puis l'A15 direction Cergy-Pontoise, sortie N170 Sannois / Saint-Gratien.

Roulez environ 3 km sur la N170.

Prenez à gauche l'Avenue Kellermann (D109) [1.0km]

Prenez à gauche l'Avenue de Paris [290m]

Prenez à gauche l'Avenue du Clos Renaud (D109e) [320m]

Arrivez à un rond-point et prenez à droite la Rue du Jardin Renard (D109e) [140m]

Continuez sur l'Avenue du Jardin Renard (D109e) [120m]

Continuez sur la Rue d'Andilly (D109p) [450m]

Arrivez à un rond-point et prenez à droite la Rue du Docteur Schweitzer (D144)

Hébergement

Etap Hôtel

tel : 08 92 68 32 65

2 bd Pasteur 95210 SAINT GRATIEN

Hotel Ibis

54 PLACE GARE 95210 SAINT GRATIEN

tel : 01 30 10 88 00

Bonfortel Louisiane

16Bis av Paris 95600 EAUBONNE

tel : 01 34 16 19 19

Restauration

Repas du samedi soir sur place : Menu paella + boissons comprises 18 €

Pour ce repas s'inscrire au plus tard le mercredi 22 avril 2009

auprès de Stéphane Pellegrini : 06 83 10 38 23

Contacts

Cercle de laido : **www.cercledeiido.com**

Tèl : **(033) 06 63 97 49 87**