



1er Stage intensif AIKIKEN - AIKIJO « Bourg-Yagyu » - SANDAN ou plus

Dirigé par Cognard Hanshi



Le stage de Bourg-Yagyu de l'an dernier a été aussi efficace que nous l'avions espéré. La tradition de Yagyu a été respectée. La question est : pouvons-nous faire mieux ?

Nous poursuivons donc le travail avec cette proposition qui reprend les grandes lignes de la précédente :

Du vendredi 3 au samedi 11 septembre 2021.

Arrivée le jeudi 2/09 au soir (repas non prévu).

Départ dimanche 12/09 au matin. Un repas festif est prévu le dimanche 11/09 au soir.

Les cours auront lieu toute la journée (si vous êtes nouveau à Bourg-Yagyu, renseignez-vous auprès de ceux qui l'ont expérimenté)

Le prix du stage hors repas sera de 250 euros payables avant le 20 août 2021.

Les règles sont les mêmes qu'à Yagyu : Discipline très stricte. Aucun fractionnement possible. Participation requise à tous les cours sans exception. Couchage sur site obligatoire. Les repas seront organisés avec un traiteur local (estimation journalière : 50 euros).

Cette fois aussi, vous serez éprouvés très sérieusement, et sans possibilité de faire marche arrière si ce n'est le retrait définitif.

Vu le niveau d'exigence de la pratique, les inscriptions sont soumises à notre approbation.

Manifestez-vous rapidement en envoyant un mail de demande d'inscription à

aaasecretariat@aikido.fr

Rappelez-vous que ce stage est réservé aux personnes titulaires d'au moins un grade Sandan.

Préparez-vous avant le stage. Commencez cette préparation au moins un mois avant le début. Cure de détoxification : mangez peu et des aliments sains, pas d'alcool, pas de tabac. Dormez, travaillez votre condition physique. Arrivez avec une forte détermination.

