SAULXURES SUR MOSELOTTE - 88290 (VOSGES)

Gymnase municipal (derrière l'église)
90, rue de Harmoir sur Ourthe

Pour tous renseignements nous contacter :

e-mail : stagesaulxures@laposte.net *ou tél : 03 29 62 31 44*

Itinéraire et plan disponibles sur internet

Par le train : Gare de Remiremont à 20 km liaison pour Saulxures par car SNCF.
Par la route : Accès facile et direct
- La Bresse 13 km - Remiremont 20km - Gérardmer 20km - Le Thillot 15 km
- Epinal 45km - Mulhouse 60km - Colmar 60 km - Belfort 70km.

HEBERGEMENTS : A RESERVER DIRECTEMENT AU PLUS TOT

BASE DE LOISIRS du Lac de la Moselotte (à 2 km du Dojo)

Tel : 33(1)03.29.24.56.56 Fax : 33(1)03.29.24.58.31
e-mail : contact@lac-moselotte.fr (3 possibilités)
- camping *** (75 emplacements)
- mini chalets découverte (la semaine pour 5 p.)
- chalets loisirs (la semaine pour 4-6 personnes)

SERVICES RESERVATIONS - CENTRALES :

- pour les minis chalets : LES CHALETS DECOUVERTE
8 rue Saint Victor
BP3-63407 CHAMALIERES Cedex
Tel : 33(1)04.73.19.11.11
e-mail : chalets@chalets-decouverte.com

- pour les chalets loisirs : LES GÎTES DE FRANCE
13 rue Aristide Briand
BP405-88010 EPINAL Cedex
Tel : 33(1)03.29.35.50.34
e-mail : gites-88@wanadoo.fr

Autres solutions d'hébergement :

- **Sur le tatami** (gratuit, prévoir sac de couchage)
- **Offices de tourisme :** - Saulxures Tel : 03.29.24.52.13 - Cornimont Tel : 03.29.24.12.17
- Ventron Tel : 03.29.24.07.02 - La Bresse Tel : 03.29.25.41.29
- Vagney syndicat d'initiative Tel : 03.29.24.88.69

Hébergement, restauration : plusieurs possibilités décrites.
Réservation directe par le stagiaire dans la mesure des places disponibles.

18 ème STAGE D'ETE

dans les VOSGES

à SAULXURES sur MOSELOTTE – 88290

AÏKIDO - AÏKIKEN - IAÏDO
du 4 au 11 Juillet 2015

TAÏJI QUAN
du 4 au 9 Juillet 2015

LIEU du STAGE

Gymnase Municipal (derrière l'église)
90, rue de Harmoir sur Ourthe
88290 Saulxures sur Moselotte

TECHNICIENS du STAGE

Jean Marc CHAMOT - Dominique PIERRE

Philippe DELAGE

Avec la participation de Dominique SILVESTRE
Kuden F.E.I et membre du G.R.M.T

ORGANISATION : Comité des Vosges d'Aïkido

Sites Aïkido : www.aikidoenlorraine.com - www.aikido.asnières.free.fr
Sites Taïji quan : www.wangxian.com - http://vitaovosges.skyblog.com
Sites Fei : www.fei-iai.ch - aikidopierredominique.blogspot.com

Licence et certificat médical saison 2014-2015 seront obligatoires

Accueil : Samedi 4 juillet : permanence dès 15h00 pour les inscriptions
Pot de bienvenue : le Samedi 4 à partir de 18h00
Permanence Inscriptions journalière : 8h30 à 9h30 et 18h00 à 19h00

PROGRAMME DU STAGE :

Animation collégiale par : JM.Chamot - D.Pierre
Ph.Delage : pour le Qi Gong et Taïji quan

06h30 - 07h30	LES ARMES de l'AUBE	ou QI GONG
09h30 - 12h00	LE MATIN d'AIKIDO	ou TAÏJI
15h30 - 18h00	L'APRES MIDI d'AIKIDO	ou TAÏJI

Un thème d'Aïkido par jour :

Samedi	04	: Mise en Route du Stage		(20h00 à 22h00)
Dimanche	05	: SEI-CHU-SEN	et	IRIMI
Lundi	06	: RYU	et	MAAI
Mardi	07	: TE NO UCHI	et	KATAME WAZA
Mercredi	08	: SO	et	KOKYU
		Démonstration publique et conférence		
Jeudi	09	: ETSU	et	KI NO NAGARE
Vendredi	10	: KAN	et	JIYU WAZA
Samedi	11	: Cours Iaï et Ken		(06h30 à 07h30)

Fête du stage - **Jeudi soir – organisée par les stagiaires.**

Fin du stage - **Samedi à 07h30 Aïkido Iaï**
Participation au rangement des tapis - Pot de départ.

TARIF DES ACTIVITES :

Stage complet	- Aïkido :	100 € / semaine
	- Taïji-Quan :	90 € / 5 jours
	- Iaï et Ken de l'Aube :	30 € / semaine
	- Qi Gong de l'Aube :	20 € / 5 jours
Stage partiel	- Aïkido ou Taïji quan :	20 € / jour - 10 € / 02h30
	- Iaï et Ken ou Qi Gong de l'Aube :	5 € / jour

Tarif étudiants, chômeurs
- le cours de l'aube : 4 € /cours et le cours : 8 € / 02h30

A laïdo, Aïkiken, Aïkido tous niveaux

T Taïji quan et Qi Gong (Ph.Delage)

	① AUBE	06h30 07h30	② MATIN	09h30 12h00	③ A.MIDI	15h30 18h00
Sa 04	15h00 à18h00 Accueil et Inscriptions - 18h00 Pot de bienvenue 20h00 à 22h00 COURS d'OUVERTURE - AÏKIDO					
Di 05	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	DP - JMC PhD
Lu 06	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	JMC - DP PhD	**A T**	JMC - DP PhD
Ma 07	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	DP - JMC PhD
Me 08	**A T**	DP - JMC DS - PhD	**A T**	DP - JMC DS - PhD	**T**	PhD
Me 08	20h00 - 20h30 : DEMONSTRATIONS AÏKIDO -TAÏJI - IAÏ - TAMESHI-GIRI 20h30 - 22h00 : CONFERENCE - ARTS MARTIAUX et FORGE JAPONAISE					
Je 09	**A T**	DP - JMC PhD	**A T**	JMC - DP PhD	**A T**	DP - JMC PhD
Ve 10	**A**	DP - JMC	**A**	JMC - DP	**A**	DP - JMC
Sa 11	**A**	DP – JMC			10h00 Rangement des tapis et Pot	

JMC = Jean Marc Chamot DP = Dominique Pierre

PhD = Philippe Delage DS = Dominique Silvestre

Démonstration publique organisée par les pratiquants et l'équipe technique.
Conférence sur les arts martiaux japonais et la forge traditionnelle du Nippon-to
avec l'équipe technique et la participation exceptionnelle de Dominique Silvestre Kuden FEI
et membre actif du GRMT (groupe de Recherche sur la Métallurgie Traditionnelle)

Vacances, sport, convivialité - Bienvenue, au cœur des Hautes Vosges