

Sous l'égide de la Commission Nationale des Féminines

# STAGE NATIONAL D'AÏKIDO



ANIMÉ PAR

## MARIKO TAKAMIZO SHIHAN 6<sup>ème</sup> DAN, INSTRUCTRICE À L'AÏKIKAI DE TOKYO



**LE BEAUSSET (83)**  
**28 / 29 MARS 2015**

**SAMEDI**

**MATIN 10h/11h30**  
MARIKO TAKAMIZO SHIHAN

**APRÈS-MIDI 15h30/16h30**  
Intervenante CNF  
**16h30/18h**  
MARIKO TAKAMIZO SHIHAN

**DIMANCHE**

**MATIN 9h30/10h30**  
Intervenante CNF  
**10h30/12h**  
MARIKO TAKAMIZO SHIHAN

**Gymnase "Jean Giono" - Quartier La Fournigue 83330 Le Beausset**

**INTERVENANTES DE LA CNF**

**Béatrice BARRÈRE 4<sup>ème</sup> Dan**  
**Nathalie GERIN-ROZE 4<sup>ème</sup> Dan**



Présence de Madame TAMURA, membre d'honneur de la commission.

Mireille HÉBERT référente de la CNF de la ligue Côte d'Azur  
+d'infos: 06 32 03 28 22 • mhebert.aikido@gmail.com • [aikido-ffab-cotedazur.fr](http://aikido-ffab-cotedazur.fr)



Stage ouvert à toutes et tous. Stage complet : 35€ | Samedi complet : 25€ | demi-journée : 15€.

Présentation obligatoire du passeport fédéral, validé par le certificat médical et le timbre de licence de la saison en cours • Pratiquants hors FFAB : licence spécifique à prendre sur place.

# STAGE NATIONAL D'AÏKIDO AU BEAUSSET LES 28 ET 29 MARS 2015

Quartier la Fournigue Gymnase « Jean Giono » | Parking du collège face au gymnase  
GPS 43.194310, 5.811664

## MARIKO TAKAMIZO SHIHAN

6<sup>ème</sup> DAN, INSTRUCTRICE  
À LAÏKIKAI DE TOKYO

### SAMEDI

MATIN 10h / 11h30  
APRÈS-MIDI 16h30 / 18h

### DIMANCHE

MATIN 10h30 / 12h

## ET LES INTERVENANTES DE LA CNF

### SAMEDI

APRÈS-MIDI 15h30 / 16h30

### DIMANCHE

MATIN 9h30 / 10h30

Béatrice BARRERE, 4<sup>ème</sup> DAN  
Nathalie GERIN-ROZE, 4<sup>ème</sup> DAN

## INFORMATION HÉBERGEMENT

Possibilité d'hébergement à **La Maison des Frères** (gîte) ; Voir fiche de réservation.  
50 lits répartis en 20 chambres individuelles de 2 à 6 personnes, équipée d'une salle  
d'eau privative et d'une cuisine. ▲ Draps fournis, prévoir serviettes de toilette.

Prix par nuit et par personne : 21€

POUR LES PERSONNES INTÉRESSÉES, LA RÉSERVATION SE FAIT AUPRÈS DE :

Mireille HÉBERT ☎ 06 32 03 28 22 ✉ mhebert.aikido@gmail.com

Les chèques sont à libeller au nom de LIGUE COTE D'AZUR FFAB après accord de la réservation  
adresser le règlement à : Mireille HÉBERT 1200 chemin des Luquettes 83740 la Cadière d'Azur.

### HOTELS AU BEAUSSET

La Calèche | 04 94 98 70 18  
La Coquillère | 04 94 74 98 15  
La Cigalière | 04 94 98 64 63

Informations également à l'Office du Tourisme ☎ 04 94 90 55 10

### HOTELS ENVIRONS DU BEAUSSET

SAINT-CYR-LES-LECQUES | Hôtel Ibis | 08 92 68 08 23  
BANDOL | L'Auberge des pins | 04 94 29 59 10

① Nombreux restaurants sur la région ! Informations à l'Office du Tourisme.

## REPAS DU SAMEDI SOIR

A la maison des arts (centre du Beausset) un repas en commun est prévu sous forme de buffet, pour permettre à tout le monde de se rencontrer et de partager plus facilement ce moment convivial (des tables et des chaises seront à disposition). Pour faciliter l'organisation nous vous demandons de bien vouloir nous retourner la fiche de réservation au plus tard le 15 mars 2015 avec le règlement à :

Mireille HÉBERT, 1200 chemin des Luquettes 83740 La Cadière d'azur

Prix du repas tout compris: 25€

De nous avoir accompagné dans l'organisation  
de ce stage nous remercions :



# STAGE NATIONAL D'AÏKIDO DES 28 / 29 MARS 2015

Animé par  
**MARIKO TAKAMIZO SHIHAN**

## FICHE DE RÉSERVATION À RETOURNER AVEC LE RÈGLEMENT À :

Mireille HEBERT • 1200 Chemin des Luquettes • 83740 La Cadière d'Azur

Une confirmation de votre inscription vous sera adressée par email ; Nous vous remercions de l'indiquer lisiblement.

Nom, Prénom : ..... N° de licence : .....

Adresse postale : .....

Téléphone : ..... Email : .....

Ligue, club, pays : .....

Jour et heure d'arrivée : ..... Moyen de transport : .....

Hébergement d'une capacité de 50 lits, en chambre de 4 à 6 personnes (dortoirs), équipée d'une Kitchenette, salle de bain, WC et draps.

⚠ Prévoir le linge de toilette.

	Vendredi 27.3.2015	Samedi 28.3.2015	Totaux
Réservation « Maison des frères » Chambre / Personne / Nuit <b>21€</b>			
Diner samedi soir <b>25€</b> <sup>(1)</sup>			
		Hébergement Repas	
		<b>MONTANT TOTAL</b>	

Chèque n° : ..... du .....  
à l'ordre de la **Ligue Côte d'Azur** à joindre à la réservation

<sup>(1)</sup> Réponse avant le 15 mars 2015