



AÏKIDO

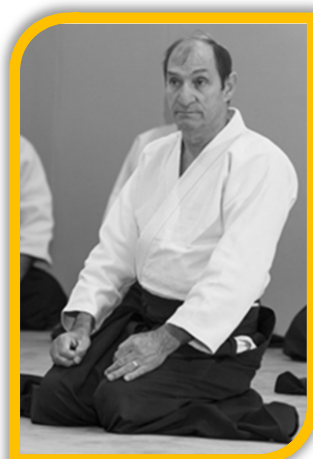
Stage National



CID Languedoc - Pays Catalan

AÏKI TAÏSO

2 et 3
Mars 2024



ANIMÉ PAR

Jean-Pierre LAFONT
CEN - 6^e Dan Aïkikai - DEJEPS

Kamel BOUSSABOUA
6^e Dan Aïkikai - DEJEPS

Lieu :
Espace Sportif Christophe Urios
Avenue du Mas Salat
34150 GIGNAC

Samedi 2 mars 2024

9h-11h : Aïki Taïso / Aïkido

11h-11h30 : Organisation de l'après-midi avec les candidats

14h30-17h30 : Mise en situation des candidats (participation des non-candidats est bienvenue car c'est une séance de pratique)

17h30-19h : Aïkido / Aïki Taïso

Dimanche 3 mars 2024

9h-11h : Aïki Taïso / Aïkido

11h-11h30 : Synthèse

Stage ouvert à tout licencié, candidat ou non à la certification Aïki Taïso.

Tarifs participation au stage :

10 € : demi-journée

15 € : journée

20 € : stage complet

Inscription obligatoire avant le 4 février 2024

Voir en annexes :

- Fiche d'inscription, tarifs, réservation repas du samedi midi
- Liste non exhaustive des hébergements
- Prérequis pour les postulants à la certification.

Présentation du passeport F.F.A.B.
Timbre de licence et certificat médical en cours de validité

www.ffabaikido.fr

Renseignements

Kamel BOUSSABOUA • Coordonnateur Commission Nationale Aïki Taïso • E-mail : kamel.boussaboua@laposte.net

Emmanuelle RANCHOUP • Présidente du CID Languedoc - Pays Catalan • E-mail : presidence@lr-aiikido-ffab.fr

Jonathan MAS • Président de Kimusubi Aïkido Club Gignac • E-mail : john34150@hotmail.fr





Stage national Aïki Taïso • 2 et 3 mars 2024

Gignac • CID Languedoc - Pays Catalan

Fiche d'inscription



Nom : _____ Prénom : _____
Adresse : _____
E-mail : _____ Tél. : _____
Grade : _____
Club : _____
Ligue - CID - Délégation : _____
Diplôme d'enseignement : BIFA BF CQP BE1 BE2 DEJEPS DESJEPS

Candidature à la certification (cocher une réponse)

(Si candidat(e), voir les prérequis en annexe)

OUI

NON

Participation au stage (cocher les cases)

➤ Tarifs : 10 € : demi-journée • 15 € : journée • 20 € : stage complet

Samedi matin

Samedi après-midi

Dimanche matin

Lieu du stage

➤ Espace Sportif Christophe Urios / Avenue du Mas Salat - 34150 - GIGNAC

Informations diverses : hébergement et repas

- Hébergement et restauration : Libres, à l'initiative des stagiaires (voir liste non exhaustive des hôtels en annexe)
- Repas du samedi midi à la Brasserie Codo's à St-André-de-Sangonis : Pour celles et ceux qui le souhaitent, possibilité sur réservation, d'un repas en commun le samedi midi (café et vin compris : prix 18,50 €, hors apéritif et digestif éventuels). Cocher la case pour réserver.

				Déjeuner
Samedi 2 mars				

Participation au stage	€
Restaurant du samedi midi	€
Montant total	€

IMPORTANT

Les frais d'inscription au stage et de réservation au repas du samedi midi doivent être réglés à l'inscription ; à effectuer au plus tôt, si possible, afin de valider la réservation auprès de la Brasserie.

La pré-inscription n'est pas nécessaire pour les non-candidats à la certification et non-participants au repas du samedi midi.

Chèque à l'ordre de : CID Languedoc - Pays Catalan

Fiche d'inscription et règlement à envoyer dès que possible et avant le 4 février 2024 à :

BOUSSABOUA Kamel • 11 rue de Bretagne - 36100 ISSOUDUN

E-mail : kamel.boussaboua@laposte.net

Pour information. Liste non exhaustive des hébergements à Gignac et ses environs

Renseignements et réservations à faire directement par les stagiaires

Le Vieux Moulin

124 Chemin de l'Auberge, 34150 Gignac • 04 67 57 57 95

<https://www.hotel-gignac.com/>

Maison Catalina

Mas Cambounet, 34150 Gignac • 06 10 81 64 11

Cosy Petit Appartement

44 rue St-Michel, 34150 Gignac

Chambre d'Hôte

152 Chemin de l'Auberge, 34150 Gignac • 06 17 66 38 98

Hôtel La Clé

7 rue Lucque, 34725 St-André-de-Sangonis • 04 67 55 66 38

<https://www.hotelbrasserieleacle.com/>

Appartement Maison Vigneronne

4 bis Rue Marcellin Albert, 34725 St-André-de-Sangonis • 06 48 38 18 07

Au Petit Nid Douillet

9 rue Villar, 34725 St-André-de-Sangonis

Établissement Roussel

15 avenue de Montpellier, 34725 St-André-de-Sangonis • 06 62 64 56 65

Hostel Le Diablotin

6 rue de l'Horloge, 34150 St-Jean-de-Fos • 07 79 88 93 87

<http://hosteldiablotin.fr/>

Hostellerie St-Benoît

Route de Saint-Guilhem, 34150 Aniane • 04 67 57 71 63

info@hostellerie-saint-benoit.com

Lo Componairo

15 rue des Jardins, 34230 Pouzols • 06 88 71 26 01

<https://www.locomponairo.com/>

La Passerelle

4 avenue de Gignac, 34230 Pouzols • 06 58 85 79 93

<https://www.lapasserelleherault.fr/>

Clos de la Colombe

9 rue de la Fontaine des Pigeons, 34230 Pouzols • 06 44 01 04 11

<https://www.closdelacolombe.com/>

Le Magnolia

2 chemin de l'Hermitage, 34230 St-Bauzille-de-la-Sylve • 06 11 14 91 02



Certification Aïki Taïso

Création d'une section Aïki Taïso - Avantages

- L'Aïki Taïso est une activité alternative pouvant se pratiquer sans contact.
- Activité complémentaire sport-santé, bien-être, ouvrant droit aux subventions (santé, seniors...).
- Augmentation du nombre de licenciés et des ressources financières des clubs.
- Peut servir de transition vers le cours d'Aïkido.
- Permet aux aïkidokas des sections adultes et seniors d'approfondir ce travail préliminaire.
- Fidélisation des adhérents par une activité complémentaire comprise dans l'inscription initiale.
- Faire recenser la section pour la promotion du club, de la ligue... (voir contact ci-dessous).

Pourquoi un diplôme ?

- Gage de sérieux et de formation auprès du public si on envisage de créer une section Aïki Taïso.
- La certification permet de répondre aux exigences des municipalités et autres structures.
- La certification pourrait intéresser les personnes sensibilisées par l'activité Aïki Taïso.

Prérequis pour se présenter à l'examen

- ▶ Etre licencié à la FFAB.
 - ▶ Etre enseignant ou assistant d'enseignant dans un club FFAB.
 - ▶ Etre au moins shodan.
 - ▶ S'inscrire et proposer sa candidature à un stage national de la CNAT (voir calendrier fédéral).
- Voir les modalités sur la fiche d'inscription qui est annexée à l'affiche fédérale.

Conditions d'obtention

- ▶ Répondre aux prérequis précités.
- ▶ Participer au stage national auquel on s'est inscrit pour passer la certification.
- ▶ La certification portera sur la présentation d'une préparation choisie par le candidat parmi des thèmes comme les préparations de Tamura sensei, ou toute autre pouvant être incluse dans une séance Aïki Taïso (liste non exhaustive) :

合

- Ameno-Tori-Fune / Furi-Tama
- Ba-Duan-Jin (de Tamura sensei ou toute autre variante)
- Do-In

氣

- Jikyo-Jutsu
- Série d'étirements (stretching)
- Makko-Ho

体

- Préparations énergétiques (Chi Gong, ...)
- Préparations physiques (renforcement, étirements...)

操

- Préparations avec les armes
- Toute préparation faite seul (tandoku dosa) ou avec partenaire (sotai dosa)
- ...

