

PLAN D'ACCES A L'AUBERGE



STAGE D'ETE A AIX LES BAINS DU 11 AU 18 JUILLET 2010

**Patrice
BELRHITI
8ème Dan**



Responsable National Wado

Lieu: Aix les Bains se trouve à 600 km de Paris, de Marseille, de Strasbourg. A côté du lac du Bourget (18km de long sur 5km de large), on trouve de part et d'autre de la ville, le Mont Revard (montagne de 1600m d'altitude) et la Dent du Chat.

Hébergement: A l'Auberge de Jeunesse du Sierroz, située à 200 m du lac du Bourget, le long d'une rivière ombragée. C'est une installation compacte, de plein pied, au centre d'un terrain gazonné de 5000 m² aménagé et entouré d'espace vert.

Son environnement alpin est exceptionnel. La tranquillité est assurée par l'éloignement de la circulation. La proximité des installations sportives en fait une situation privilégiée pour des vacances, des activités sportives ou culturelles.



Chambres de 4 personnes avec lavabo, W.C. et douches à l'étage.



Horaires :

Lever à 7h30 pour le petit déjeuner.
Entraînement de 9h à 11h
(au bord du lac par beau temps).
Déjeuner à 12h.
Entraînement de 16h30 à 18h30
(au gymnase Garibaldi).
Dîner à 19h30.
Vendredi et samedi entraînement de
9h à 12h, avec après-midi libres.

Au programme :

Etude des katas de base et supérieurs pour les différents passages de grades avec leur application en combat (bunkai.)
Etude des spécificités du style Wado-Ryu (kihon-kumité, tanto-tori, itori).
Etude des techniques pour la compétition et tactiques de combat sur les principes fondamentaux du karaté, Noru, Nagasu, Inasu.

Ce stage est ouvert à toutes et à tous,
sans distinction de grades ni de styles.

Tarif: 365 €(pour les huit jours en pension complète.)
Acompte de 100 Euros à verser dès l'inscription

Possibilité de s'inscrire uniquement pour les entraînements soit: 100€.

Pension allant du dimanche 11 juillet, pour le déjeuner, jusqu'au dimanche 18 juillet 2010 pour le petit déjeuner.

Premier entraînement le dimanche 11 juillet de 17h à 19h.

AFIN DE POUVOIR RESERVER l'auberge, veuillez renvoyer le coupon réponse ci-joint à M. BELRHITI avant le mardi 06 juillet 2010, S.V.P.

COUPON REPONSE à retourner avant le 06 juillet 2010 à

Patrice BELRHITI , 12 rue Erckmann-Chatrian, 57 400 SARREBOURG

Tel : 06 08 43 04 80

E-mail: patrice.belrhiti@wanadoo.fr Site Internet: www.wadofrance.fr

Nom : ----- Prénom : -----
Adresse : -----
Code postal : ----- Ville : -----
Tel : ----- E.mail :-----
Grade : ----- Nom du club: -----
Age: -----

Stage en pension complète : 365 € Stage uniquement : 100 €

Je m'engage à payer la somme intégralement, ayant pris connaissance du coût du stage.

Date :

Signature :

Autorisation parentale (pour les mineurs)

Je soussigné, _____, autorise mon enfant _____ à participer au stage de karaté du 11 au 18 juillet 2010 et permets toute intervention médicale dont il pourrait avoir besoin durant son séjour. En outre, je dégage l'organisateur de ce stage de toute responsabilité en cas de non respect du règlement par mon enfant ainsi que pour la sortie du Revard et l'excursion facultative du vendredi.

Date :

Signature des parents : (précédée de la mention « Lu et approuvé »)