

修  
明  
館

# Midori no Hi

## Shumeïkan Dojo - BRAS

18 au 22 Avril 2016

Pratique animée par  
Gilles AILLOUD Shihan – 6<sup>ème</sup> dan AIKIKAI  
et  
FUKAKUSA Motohiro Shihan – 8<sup>ème</sup> dan Aïkikai  
Instructeur Fédération Thaïlandaise

"Midori no Hi" : littéralement "Journée de la Verdre". Au Japon, c'est un jour férié destiné à manifester de la reconnaissance pour les bienfaits apportés par la Nature, et invite notamment à acquérir un regard plus apaisé.

Au dojo SHUMEIKAN, cet hommage traditionnel envers la Nature, prévu à chaque printemps, est orienté spécialement sur le lien entre Aïkido et Nature, et conduit naturellement à l'entretien des abords du Dojo".

Dimanche 17 avril 2016

A partir de 19 heures - accueil à Shumeïkan (dîner libre à la charge de chacun)

Lundi 18 avril au vendredi 22 avril 2016

7h30 à 8h30 .....Aïkido : travail des armes et préparation à la pratique

8h45 ..... Petit déjeuner

9h30 à 11h30 .....Cours Aïkido

12h30 ..... Déjeuner

**L'après-midi, entretien du jardin (1h30) ou, si intempéries : pratique.**

19h à 21h.....Cours Aïkido

21h30 ..... Dîner et soirée à Shumeïkan

**Mercredi soir – Cours dirigé par FUKAKUSA Shihan**

NB – le samedi matin sera consacré à la remise en ordre des lieux avant libération pour un autre stage qui suivra.

	<u>Participation aux cours et frais généraux E.N.A</u>		<u>Hébergement</u>
	Adhérent	Bienfaiteur	
Stage complet = 5 jours	25,00 €	15,00 €	Chambres (2 personnes) = 20. €/ lit / nuit (sanitaires privés)
1 journée	10,00€	8,00€	Chambres (4 personnes) = 15.00 €/ lit / nuit (sanitaires collectifs)
1 cours	8,00 €	5,00€	Hôtels et gîtes dans les environs
Cours FUKAKUSA Shihan	15,00 €		

### Participation aux frais de restauration

Participation repas à Shumeïkan > 15€ à 20€ **par jour** (vin et café compris) – règlement en fin de stage.  
Participation de tous à la vie collective et à l'intendance.

**STAGE MIDORI NO HI du 18 avril au 22 avril 2016**

**FICHE DE RESERVATION à RETOURNER IMPÉRATIVEMENT :**

**A Jean-Pierre HORRIE - 03.22.44.24.39 - 20 rue Michel Ange - 80080 AMIENS @mail : jpfor@orange.fr**

NOM, Prénom \_\_\_\_\_ Adhérent ou Bienfaiteur E.N.A. n° \_\_\_\_\_

Ligue, club, pays \_\_\_\_\_

Accompagné(e) de \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_ @mail \_\_\_\_\_

Arrivée prévue le : \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ h

**Cours - Hébergement et Repas**

Cours d'Aïkido ↗

	Stage complet	Lundi 18/4	Mardi 19/4	Mercr 20/4	Jeudi 21/4	Vendre 22/5
Matin						
Soir						

Dans chaque case indiquez le nombre de participants au cours

Nombre de cours \_\_\_\_\_  
x \_\_\_\_\_ €  
Total : \_\_\_\_\_ €

**Hébergement à Shumeïkan** ↗

Dimanche soir 17-4	Lundi soir 18-4	Mardi soir 19-4	Mercr soir 20-4	Jeudi soir 21-4	Vendre soir 22-4	
20.00 x	20.00 x	20.00 x	20.00 x	20.00 x	20.00 x	
15.00 x	15.00 x	15.00 x	15.00 x	15.00 x	15.00 x	

Dans chaque case indiquez le nombre de couchages réservés

Nombre de nuits \_\_\_\_\_  
x \_\_\_\_\_ €  
Total : \_\_\_\_\_ €

**Repas** ↗

*Si certains restent astreints à une spécificité alimentaire – merci de nous en aviser :*

	Lundi 18/4	Mardi 19/4	Mercr 20/4	Jeudi 21/4	Vendre 22/4	Samedi 23/4	TOTAUX
Petit déjeuner €							
Déjeuner €							
Dîner €							

Dans chaque case indiquez le nombre de repas réservés

**RECAPITULATIF:**

Cours d'AIKIDO : \_\_\_\_\_

Hébergement : \_\_\_\_\_

Repas : \_\_\_\_\_

Adhésion ENA nécessaire (Possibilité de la prendre sur place) \_\_\_\_\_

**MONTANT TOTAL :** \_\_\_\_\_

Etablir le chèque à l'ordre de l'ENA.