

PROGRAMME DE LA SAISON FFAAA Aïkibudo – Ile de France Saison 2019 - 2020

Stage Techniciens de ligue IDF

14/09/2019	Stage technique de préparation pour la saison	Vélizy 2	Daniel BENSIMHON	Sur convocation
------------	---	----------	-------------------------	-----------------

Stages Régionaux

22/09/2019	Chika ma (Tsuki Uchi no kata)	Grigny
06/10/2019	Kihon Nage Wasa (Happo Ken kata)	Domont
01/12/2019	Kihon Osae Wasa (DR : 5 premières)	Le Plessis Robinson
12/01/2020	Stage kyu (1) (Keri goho no kata)	La Plaine ?
19/01/2020	Te no Michi Biki (Shiho giri Shiho nage)	Grigny
15/03/2020	Stage kyu (2) (DR : 5 premières et plus)	La Plaine
29/03/2020	Wa no Seishin (Ken no Kata)	Le Plessis Robinson
26/04/2020	Randori (Suwari wasa no kata)	Vanves
17/05/2020	Révision 1er dan (Tambo no kata)	Grigny

Fête de l'Aïkibudo Ile-de-France

20/06/2020	Dojo La Plaine	Tous les professeurs
------------	----------------	-----------------------------

Stages Régionaux Yudansha

15/09/2019	Kihon nage Nidan (Ura no kata)	Domont
29/09/2019	Buki dori (Tanto no kata + keri goho no kata))	Saulx-les-Chartreux
17/11/2019	Katas	Grigny
12/01/2020	Techniques complémentaires 2^e dan (DR : 10 suwari)	Domont
01/03/2020	Déclinaisons techniques (DR : techniques debout)	Domont
15/03/2020	Révision 2^e dan	La Plaine ?
03/05/2020	Kihon sutemi (Tai no Kata)	Saulx-les-Chartreux
10/05/2020	Techniques 3^e et 4^e dan (DR : techniques ushiro et Goten)	Grigny

Stages enseignants – Ecole des cadres

16/11/2019	Stage enseignants	Vélizy 2	DANIEL BENSIMHON
21/03/2020	Stage enseignants	Vélizy 2	DANIEL BENSIMHON

Stage enfants Ile-de-France

15/12/2019 ?	Stage enfants	Vélizy	DANIEL BENSIMHON
-----------------	---------------	--------	-------------------------

Passages de grades Aikibudo Ile-de-France

22/03/2020	Passage 2 ^e dan	Vélizy	Sur convocation
21/06/2020	Passage 1 ^{er} dan	Vélizy	Sur convocation