

**PROGRAMME DE LA SAISON FFAAA Aïkibudo – Ile de France**  
**Saison 2020 - 2021**  
**Planning des techniciens de ligue**

**Stage Techniciens de ligue IDF**

12/09/2020	Stage technique de préparation pour la saison	Vélizy 2	<b>Daniel BENSIMHON</b>	Sur convocation
------------	---	----------	-------------------------	-----------------

**Stages Régionaux**

13/09/2020	<b>Variété technique en chika ma</b> (Happo Ken kata)	La Plaine	
27/09/2020	<b>Kihon Nage Wasa</b> (Tsuki Uchi no kata)	Domont	
08/11/2020	<b>Kihon Osae Wasa</b> (Suwari wasa no kata)	Grigny	
13/12/2020	<b>Variété technique en ma</b> (Shiho giri Shiho nage)	Saulx-les-Chartreux	
10/01/2021	<b>Stage kyu (1)</b> (Hojo Undo)	Le Plessis Robinson	
14/03/2021	<b>Wa no Seishin</b> (Ken no Kata)	Grigny	
11/04/2021	<b>Randori</b> (Keri goho no kata)	Grigny	
9/05/2021	<b>Stage kyu (2)</b> <b>+ revision 1<sup>er</sup> dan</b> (tambo no kata)	Domont	

**Fête de l'Aïkibudo Ile-de-France**

19/06/2021	Dojo La Plaine	<b>Tous les professeurs</b>
------------	----------------	-----------------------------

**Stages Régionaux Yudansha**

20/09/2020	<b>Kihon nage Nidan</b> (DR : suwari)	Domont
04/10/2020	<b>Techniques complémentaires 2<sup>e</sup> dan</b> (Taï no Kata)	Domont
15/11/2020	<b>Kihon sutemi</b> (DR : techniques debout)	Grigny
10/01/2021	<b>Buki dori</b> (Tanto no kata)	Saulx les Chartreux
17/01/2021	<b>Variété technique + Révision 2<sup>e</sup> dan</b> (Ura no kata)	Grigny
02/05/2021	<b>Techniques 3<sup>e</sup> dan</b> (DR : techniques ushiro)	Le Plessis Robinson
09/05/2021	<b>Techniques 4<sup>e</sup> dan</b> (DR : Goten)	Le Plessis Robinson

**Stages enseignants – Ecole des cadres**

14/11/2020	<b>Stage enseignants (1)</b> <b>Katas</b> (Gen Ryu, Ura et Taï no kata)	Vélizy 2	<b>DANIEL BENSIMHON</b> ALEXIS POIRIER
13/03/2021	<b>Stage enseignants (2)</b> (évaluation grade 1 <sup>er</sup> dan)	Vélizy 2	<b>DANIEL BENSIMHON</b>

**Stage enfants Ile-de-France**

13/12/2020	Stage enfants	Vélizy	<b>DANIEL BENSIMHON</b>
------------	---------------	--------	-------------------------