

## Stages de BASE et de PERFECTIONNEMENT - Saison 2019 / 2020

Version du 31 / 08 / 2019

	<b>Base et Perfect. 1</b> 14 et 15 sept. RIXHEIM	<b>Base et Perfect. 2</b> 9 et 10 nov. OBERNAI	<b>Base et Perfect. 3</b> 30/11 et 1 /12 / 2019 COLMAR	<b>Base et Perfect. 4</b> 11 et 12 janvier 2020 COLMAR	<b>Base et Perfect. 5</b> 2 et 3 mai 2020 OBERNAI
<b>SAMEDI</b>	<b>15h à 17h</b>	<b>15h à 17h</b>	<b>16h à 18h</b>	<b>16h à 18h</b>	<b>15h à 17h</b>
	<b>USHIRO WASA</b>	<b>SHOMEN UCHI / JODAN TSUKI</b>	<b>RYOTE DORI</b>	<b>KATA DORI MEN UCHI</b>	<b>YOKOMEN UCHI</b>
	<b>17h à 18h</b>	<b>17h à 18h</b>	<b>18h à 19h</b>	<b>18h à 19h</b>	<b>17h à 18h</b>
	<b>AIKI-KEN</b>	<b>JO-DORI</b>	<b>AIKI-KEN</b>	<b>KEN TAI JO Pierre</b>	<b>TACHI DORI Pierre</b>
<b>DIMANCHE</b>	<b>9h à 10h</b>	<b>9h à 10h</b>	<b>9h à 10h</b>	<b>9h à 10h</b>	<b>9h à 10h</b>
	<b>AIKI-JO</b>	<b>TANTO DORI</b>	<b>AIKI-JO</b>	<b>JO-NAGE</b>	<b>TANTO DORI</b>
	<b>10h à 12h</b>	<b>10h à 12h</b>	<b>10h à 12h</b>	<b>10h à 12h</b>	<b>10h à 12h</b>
	<b>KATATE DORI / KATA DORI</b>	<b>MOROTE DORI</b>	<b>USHIRO KATATE DORI KUBISHIME</b>	<b>AIHAMMI KATATE DORI / JODAN TSUKI</b>	<b>Préparation Examen SHODAN et NIDAN</b>

Direction technique des stages : DTR Stage d'ARMES 1 : 28 et 29 septembre 2019 à ROSHEIM

Stage d'ARMES 2 : 23 et 24 mai 2020 à RIXHEIM

**Stage (gratuit) « Ligue Grand-Est » de formation à l'évaluation pour enseignants et examinateurs  
et Examens blancs pour Shodan et Nidan à Thionville les 28 et 29 mars 2020.**

Le suivi de ce stage est très recommandé aux enseignants de clubs et aux candidats aux grades Dan.