

## Stage de Yoseikan-Budo sous la direction de Mitchi et Kyoshi MOCHIZUKI

Partie sportive en salle le matin et katas sur la plage l'après-midi.  
(possibilité de ne faire qu'une partie)

### PROGRAMME :

#### Jeudi 08

9h00 Accueil des participants  
10h00/ 12h00 sol en salle  
16h00/ 18h00 Katas sur la plage

#### Vendredi 09

10h00/ 12h00 atémis- footing en plein air  
16h00/ 18h00 katas sur la plage

#### Samedi 10

10h00/ 12h00 atémis-sol en salle  
16h00/18h00 katas sur laplage

#### Dimanche 11

Activité annexe (à prévoir).

Une activité vous sera proposée Selon les conditions météo il s'agira de : sortie en bateau, via ferata, canyoning, accro branches ... (selon l'activité : tarif entre 40 et 65 € / personne).

#### **Transport :**

Les départs par bateau sont généralement programmés à partir de 19h00 pour les cargos et 20h00 pour les ferries. En avions vous trouverez des départs jusqu'aux alentours de 21h00. Les transports pour la Corse sont assurés par bateau avec la SNCM et la Corsica Ferries, et en avion par Air France et Air Corsica. Vous trouverez ces renseignements sur Internet.

#### **Attention :**

Cette période de l'année est très demandée, afin de vous assurer une place dans les transports et l'hébergement de votre choix, pensez à réserver le plus tôt possible. De plus, les tarifs seront plus intéressants, ils peuvent passer du simple au double si vous vous y prenez au dernier moment !



**Stage de Yoseikan-Budo sous la direction de Mitchi et Kyoshi MOCHIZUKI**  
**Une partie sportive / une partie Katas**

**BULLETIN D'INSCRIPTION :**

A compléter et à renvoyer avant le 1<sup>er</sup> mai 2014  
Tarif par personne : 45 € une partie seulement ou 90 € les deux.  
accompagné du règlement correspondant à l'ordre de « école Mochizuki »

chez :  
Denis LLORCA (Yoseikan-Budo Corse)  
Les Genêts d'Alzo Bt 5  
Col d'Aspretto  
20090 Ajaccio

NOM : \_\_\_\_\_

PRENOM : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

TEL : \_\_\_\_\_

EMAIL : \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

CLUB : \_\_\_\_\_

Prévoir : Kimono, Boken et / ou Tchobo, Tanto et / ou Combo  
Tenue de plage et de petite randonnée  
(Maillot de bain, serviette, chaussures de marche, sac, K-way...)

Si possible : Bo, Jyo, paire de Saï, Iaï, Nunchaku ...

