



AÏKIDO



Stage National

CID Languedoc Pays Catalan

**DE PRATIQUE
HAUTS GRADES**

**25 & / Avril
26 2026**

ANIMÉ PAR
Luc BOUCHAREU Shihan
CEN 7^{ème} Dan
&
Robert LE VOURC'H Shihan
CEN 7^{ème} DAN

DOJO
Complexe Sportif du Taurus
1 rue de la Méditerranée
34140 MEZE

Samedi 25 Avril 2026

9h-12h : Pratique
14h00 – 15h00 : Réunion en tenue sur tatami
15h00 – 17h30 : Pratique
18h00 : Passage de grades Aïkikaiï
(inscriptions avant le 19/04/2026)

Dimanche 26 Avril 2026

9h-11h30 : Pratique
11h30 – 12h : Synthèse

Présentation du passeport fédéral avec
le timbre de licence de la saison en cours

Conditions d'accès au stage :

**Etre titulaire du 4^{ème} Dan.
Participer à l'ensemble du stage**

**Inscription pour le stage, l'hébergement et la
restauration obligatoirement en ligne**
**(date limite 09/03 pour l'hébergement et la
restauration - voir QR Code p. 2 et lien ci-dessous)**
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfjqTRHOrJnIErDs6Xe8XhPmZPHtCSwlyKuVXFORN3mQ5Vm0g/viewform?usp=sharing&cid=107504653916125042573>

Contact : Serge CRUZ – presidence@lr-aikido-ffab.fr – 07.49.22.72.45
Ou Emmanuelle RANCHOU (ACT) – commission_technique@lr-aikido-ffab.fr – 06.22.95.73.19



STAGE DE PRATIQUE HAUTS GRADES

Animé par **Luc BOUCHAREU Shihan, CEN FFAB 7^e dan**
& **Robert LE VOURC'H Shihan, CEN FFAB 7^e dan**



25 et 26 avril 2026 à Mèze (34)
Comité Interdépartemental Languedoc Pays Catalan – Ligue Occitanie



INSCRIPTIONS

1. ETAPE 1 : Inscription obligatoire en ligne pour le stage, l'hébergement et/ou la restauration proposés au Centre du Taurus :

Les inscriptions :

- **pour l'hébergement (55 places uniquement) et/ou la restauration (180 places)** au [Centre du Taurus](#) doivent impérativement être faites **avant dimanche 09/03/2026 inclus** via ce lien ou le QR code ci-contre ;
- **pour le stage** doivent être faites également ici (sans date limite).

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfjqTRHORJnIErDs6Xe8XhPmZPHtCSwlyKuVXFORN3mQ5Vm0g/viewform?usp=sharingCoud=107504653916125042573>



N.B.

- **Aucune réservation pour l'hébergement et/ou la restauration ne sera prise après cette date et encore moins le jour J (la ville de Mèze et les alentours disposent de restaurants et hébergements libres).**
- **Les réservations pour l'hébergement et la restauration ne seront fermes qu'à réception du paiement, et non annulables après le 15/03.**

2. ETAPE 2 : Envoi du paiement

Envoyer votre chèque libellé à l'ordre du CID LPC **dans le délai indiqué ci-dessus** à :

M. Serge CRUZ (Président du CID), 11 rue Joseph Delteil 34080 Montpellier

Seule la réception du paiement valide la réservation de l'hébergement et/ou de la restauration, dans l'ordre d'arrivée des paiements complets (cf. fiche d'aide au calcul en cliquant sur le lien ci-dessus).

Une **fiche d'aide au calcul du coût** est disponible [en cliquant sur ce lien](#) (attention, lien public, ne touchez qu'aux cases bleues))



Informations

- L'hébergement proposé au Centre du Taurus se fait par chambres de 2 à 5 personnes, avec sanitaires et douches à l'extérieur (lavabos dans les chambres) ; les draps et couvertures sont fournis mais pas le linge de toilette.
- Les repas de vendredi soir, samedi midi et dimanche midi (au choix) sont les repas uniques issus du menu de la semaine qui ne sera connu que... dans la semaine avant le stage ☺.
- Le repas de samedi soir est proposé au Centre du Taurus avec leur formule de repas amélioré (détails et choix dans le formulaire d'inscription).