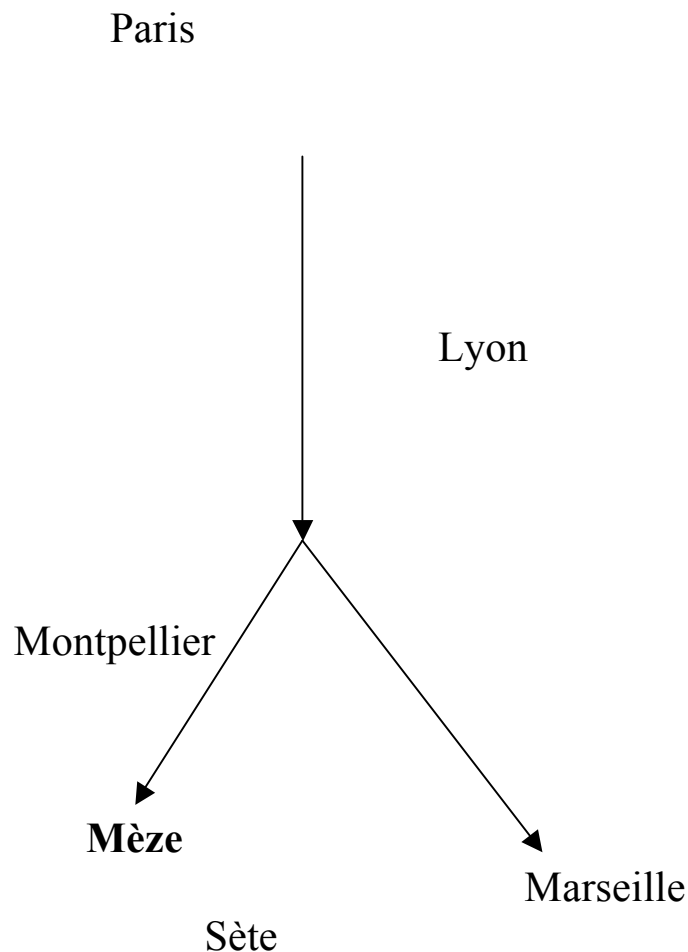


MEZE

Premier port de petite pêche de la Méditerranée Mèze est blottie entre les vignes et étang de Thau. Toutes les senteurs de la Méditerranée vous envahiront lors de vos promenades au bord de l'étang.

Vous serez également charmé par la douceur de son climat, agréable en toutes saisons, ses nombreuses activités culturelles (la plaine des dinosaures, la station de lagunage, un musée ...), Sportives (voile, surf, tennis) et last but not least sa gastronomie locale.

Vous pourrez ainsi, passer d'agréables vacances que ce soit en famille ou entre amis.



Institut d'Aïkido

STAGE D'AÏKIDO

du

**22 Juillet au Samedi 27 Juillet
2018**

avec

**Etienne LEMAN
Senseï**

STAGE D'ETE

LOGEMENT

Aikido

Pratique : Aïkido
Aiki-Ken
Aiki-Jo
Tantodori

Tenue : Kimono
Jo, Bokken, Tanto

Horaire :

Dimanche	8h00 à 9h15 17h00 à 18h15
Lundi	8h00 à 10h30
Mardi	8h00 à 10h30
Mercredi	Repos
Jeudi	8h00 à 10h30
Vendredi	8h00 à 10h30

Tarifs :

Stage complet	
Adulte	180 €
Etudiant	140 €
Enfant (-16 ans)	80 €
La matinée	
Adulte	40 €
Etudiant	35 €
Enfant (-16 ans)	20 €

Chômeur -10%

Lieu du stage :
Au bord de l'étang de Thau
Rue de la méditerranée 34140 Mèze

Nous vous conseillons de réserver rapidement pour avoir de la place dans les centres de logements.

Office du tourisme de Mèze
Tel : 04-67-43-93-08

Camping Aire naturelle
Tel : 04-67-43-95-00

Camping Beau Rivage
Tel : 04-67-43-81-48

Hotel de thau
Tel : 04-67-43-83-83

Centre d'hébergement Le Taurus
Tél : 04-67-18-34-34

Camping municipal de Loupian
Tél. : 04-67-43-57-67

« Voie d'harmonie entre
l'homme et l'univers »

Trouvant ses sources dans la tradition martiale japonaise, sous l'impulsion de O Senseï Moriheï Ueshiba (1883-1969) l'Aïkido, devint une discipline à part entière qui permet une approche globale de l'être, tant sur le plan physique que spirituel.

Art pacifique par excellence, l'Aïkido fonde son geste sur la recherche de l'harmonie avec l'autre et avec soi.

En recherchant le centre, l'Aïkido permet une prise de conscience de son corps et l'acquisition de qualités physiques et morales qui permettent de faire face à des situations conflictuelles et à instaurer de meilleures relations avec les autres.

Cette technique de combat, créée à partir d'un geste juste, dynamise l'énergie vitale en transformant toute forme d'agressivité en énergie créative.

Renseignements :
www.institut-aikido.org
06 51 85 55 87

MEZE

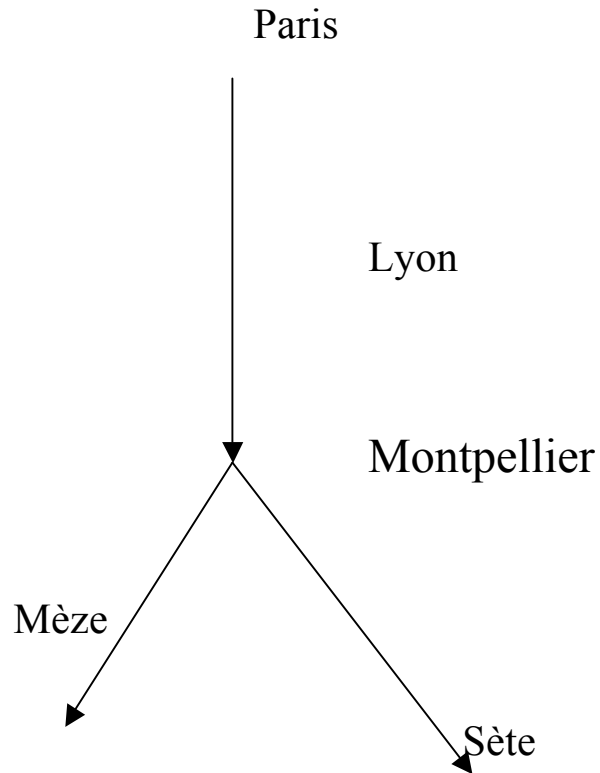
According to a well established tradition, the institute offers a aikido session during the summer holidays in a village named Meze located in the south of France.

*Meze is considered as the leading place, around the mediterranean sea, for small fishing. The village is located between vineyards and a great lake : « **Etang de Thau** ».*

The Meze area offers many sports and recreation :swimming, boat, windsurfing, tennis...either on the mediterranean sea or on the lake.

Someone says Meze is convenient for family holidays (it's quite good if your partner or children doesn't practice Aikido).

*The Dojo is located close to the lakeshore : **rue de la méditerranée**
- 34140 Meze - France*



Institute of Aïkido

AÏKIDO ON THE SEA

from

22 to 27 July 2018

with

Etienne LEMAN
Senseï

SUMMER WORKSHOP

LODGING

Training : Aïkido
Aiki-Ken
Aiki-Jo
Tantodori

Equipement : Kimono
Jo, Bokken, Tanto

Schedule :

Sunday	8h00 to 9h15 17h00 à 18h15
Monday	8h00 to 10h30
Tuesday	8h00 to 10h30
Wendsday	free
Thursday	8h00 to 10h30
Friday	8h00 to 10h30

Fees :

training course

Adults	180 €
Students	140 €
Children(-16 years)	80 €

one lesson

Adults	40 €
Student	35 €
Children (-16 years)	20 €

Unemployed –10%

Location :
Dojo (near Sailing School)
Rue de la méditerranée
34140 Mèze

**WE ADVISE YOU TO RESERVE RAPIDLY TO
GET YOUR PLACES INTO THE LODGING
CENTERS.**

Office du tourisme de Mèze
Tel : 04-67-43-93-08

Camping Aire naturelle
Tel : 04-67-43-95-00

Camping Beau Rivage
Tel : 04-67-43-81-48

Hotel de thau
Tel : 04-67-43-83-83

Centre d'hébergement Le Taurus
Tél : 04-67-18-34-34

Camping municipal de Loupian
Tél. : 04-67-43-57-67

Aikido

" Way of harmony between the man and
the universe "

Finding it sources in the Japanese military
tradition, at the instigation of
O Senseï Moriheï Ueshiba (1883-1969)
the Aikido, became a full discipline which
allows a global approach of the being, both
on the plan physical and spiritual.

Ancient peaceful art, the Aikido bases its
gesture on the research to be in harmony
with the others and with yourself.

By looking for the center, the Aikido
allows an awareness of its body and the
acquisition of physical and moral qualities
which allows to face situations of conflict
and to establish better relations with the
others.

This technique of fight, created from a true
movement, revitalizes the vital energy by
transforming any shape of aggressiveness
into creative energy

Informations:

www.institut-aikido.org
Tel. : 0033.(0) 651 855 587