

Directives pour le stage d'aïkido de

Temple sur Lot

14, 15 et 16 Mai 2026

Important :

Ne pas oublier le passeports d'Aïkido à jour de la licence, au moment du stage.

**Certificat de natation Obligatoire
Pour les activités nautiques.**

Le linge de toilette n'est pas fourni.

Prévoir un sandwich pour le jeudi midi.

Penser à la tenue d'Aïkido et armes (si vous en avez) dans un sac individuel.

Prévoir vêtements de pluie (au cas où...) et tenue pour les Activités nautiques (chaussures de sport, maillot de bain, Couvre-chefs, crème solaire, serviette de plage, chaussettes de rechange, etc...).

Pour Le Départ :

RENDEZ VOUS SUR LE PARKING DU DOJO

A Tournefeuille

À 9 H Départ 9 H 30

Retour prévu Samedi vers 17 h

Au même endroit

Renseignements : Christophe : 07 81 06 83 15

Zoe : 06 16 99 84 44