



L'HEBERGEMENT DES PENSIONNAIRES ET DEMI-PENSIONNAIRES :

L'hébergement la restauration se déroulent au centre de stage « Jean Morel » (ex . CREPS) situé au 16 avenue des Ondines à La Baule, 44500.

GPS CoordonnéesDDlat./long. : 47.285329 / -2.402916
GPS CoordonnéesDMS lat./long. :N47° 18' 13.248 » / W 2° 28' 55.387 »
Distance du Dojo : 5 kms, env. 10 minutes

Tel 02.51.75.74.93./mail : centrestages@mairie-labaule.fr

QUELQUES ADRESSES POUR RENDRE VOTRE SEJOUR ENCORE PLUS AGREABLE

-L'Office du tourisme de La Baule:
8 Place de la Victoire, La Baule
Tel : 02 40 24 34 44 / Site : www.labaule.fr

-Si vous cherchez un **hôtel**

RESIDENCE LES SYLPHES (dans la limite des places disponibles)

Chambres familiales
48 avenue Lajarrige
Place des Palmiers
44500 LA BAULE
Tél : 02-40-11-99-00

www.residence-lessylphes-labaule.com

-Si vous recherchez une **chambre d'hôtes confortable à 900 mètres du Dojo :**

-Maison d'hôtes « La Torre »
8, route du radeau
44500 La Baule Escoublac
tel : 07-86-96-87-60

Demander Frédérick ou Catherine en précisant que vous êtes karatékas.

Distance du Dojo : 900 mètres / 2 minutes

Prix réduit spécial stage : **79 € pour une nuitée pour 2 personnes, inclus petit déjeuner, accès au SPA et mise à disposition de vélos de promenade.**

Plus d'infos sur le : www.chambresdhotels-labaule.com

-Si vous êtes un adepte du **camping car** :

• Aire de repos de Guérande

37 Avenue de la Brière (Rond point de Saint-Lyphard/ Croisement D51 -D99E)

GPS CoordonnéesDDlat./long. 47.333399 / -2.420232

GPS CoordonnéesDMS lat./long.N7° 20' 0.236 » / W 2° 25' 12.835 »

• Aire de repos de La Baule

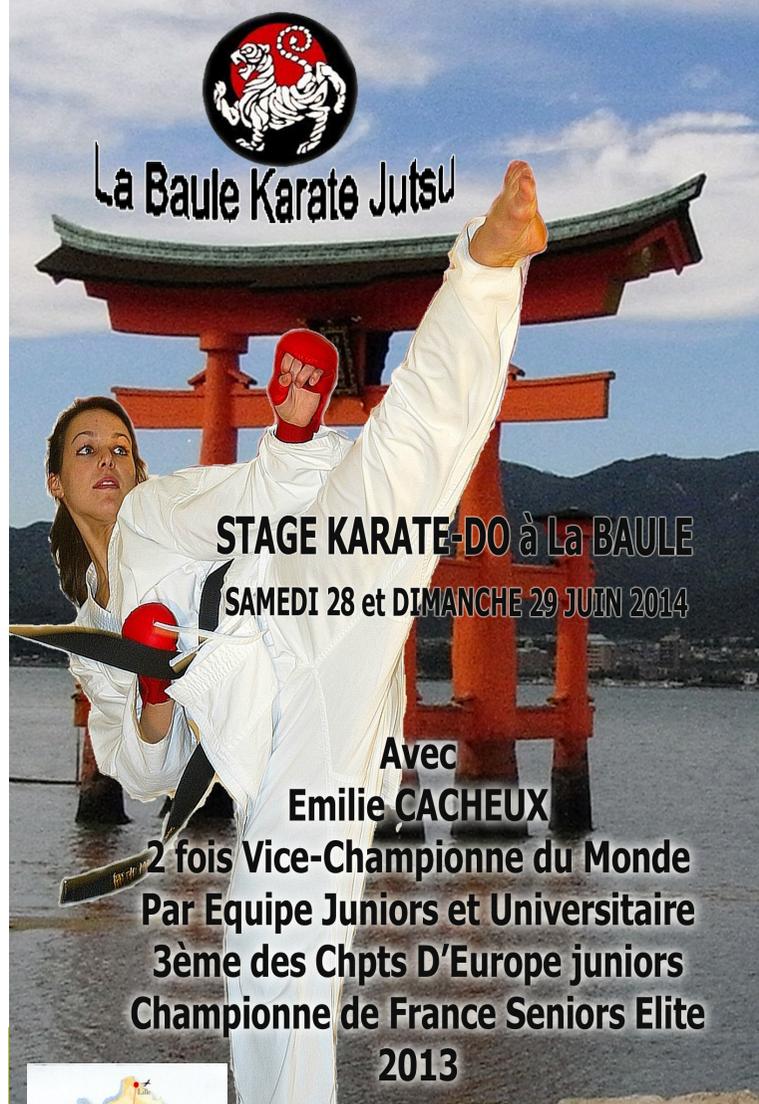
Boulevard Guy de Champsavin (Proche Stade MoreauDesfarges/ Etier du Pouliquen)

44500 La Baule

Distance du dojo : 7 Km env 15minutes

GPS CoordonnéesDDlat./long. : 47.280947 / -2.425468

GPS CoordonnéesDMS lat./long. : N47° 16' 51.409 » / W 2° 25' 31.685



STAGE KARATE-DO à La BAULE SAMEDI 28 et DIMANCHE 29 JUIN 2014

Avec
Emilie CACHEUX

**2 fois Vice-Championne du Monde
Par Equipe Juniors et Universitaire
3ème des Chpts D'Europe juniors
Championne de France Seniors Elite
2013**

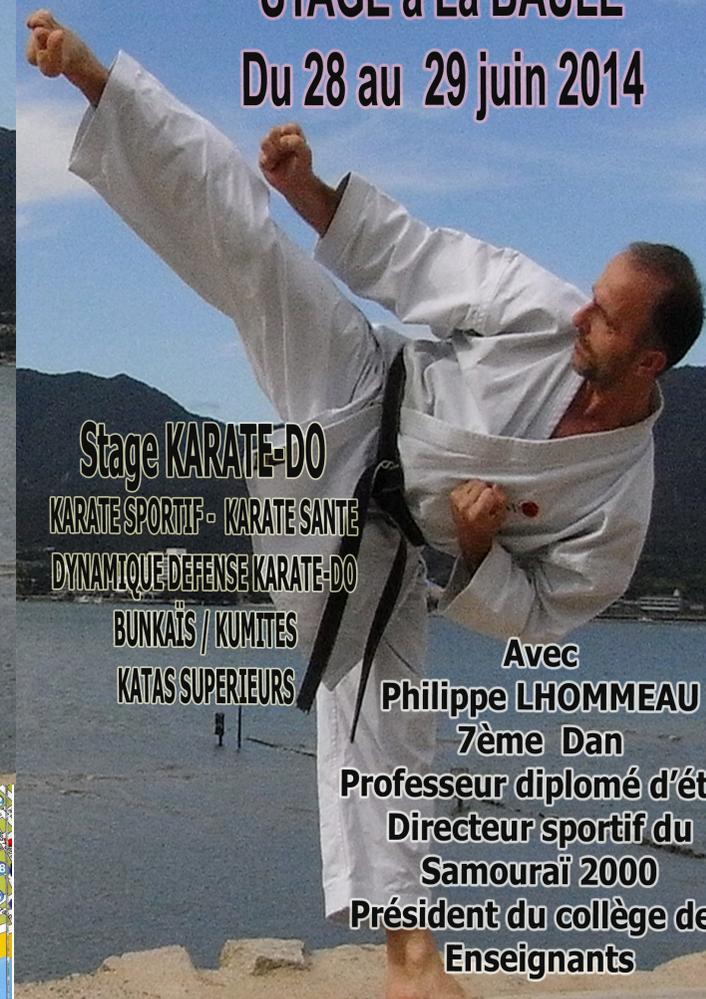


Centre de stage
Jean MOREL
(ex CREPS)



STAGE KARATE-DO

STAGE à La BAULE
Du 28 au 29 juin 2014



Stage **KARATE-DO**
KARATE SPORTIF - KARATE SANTE
DYNAMIQUE DEFENSE KARATE-DO
BUNKAÏS / KUMITTES
KATAS SUPERIEURS

Avec
Philippe LHOMMEAU
7ème Dan
Professeur diplômé d'état
Directeur sportif du
Samouraï 2000
Président du collège des
Enseignants



La BAULE KARATE JUTSU



Programme et thème du stage

Cours par niveau de ceinture verte à marron et ceinture noire
Le matin entraînement en plein air (baie de La Baule ou parcours de sante).

KARATE-DO

- Dynamique Défense Karaté-Do (travail de frappe sur cible et mise en situation).
- Méthodologie d'apprentissage des Bunkaïs pour les ceintures de couleurs
(Elaborer ses Bunkaïs en fonction de ses capacités et de sa maîtrise technique)
- Etude et Bunkaï du Kata NIJUSHIO

KARATE SPORTIF

- Méthodologie d'entraînement pour le Kumité sportif

KARATE SANTE

Réflexion autour du Karaté Santé. Comment le définir ? À quelle population s'adresse-t-il ? Pourquoi et sous quelles conditions le proposer à une personne atteinte d'un handicap (mental, moteur ou sensoriel) ou d'une maladie (troubles métaboliques, cancer...)?
Présentation et débat

PLANNING DU WEEK END

Samedi 28 juin

- 9h00-9h30 :** Accueil des participants au Dojo, autour d'un café.
Le règlement du solde du stage devra s'effectuer à ce moment là.
- 10h00-12h00 :** DOJO (Photo de groupe).
- 12h30:** Déjeuner au centre de stage pour les inscrits
- 15h00-17h00 :** DOJO
- 19h30 :** Dîner au centre de stage pour les inscrits

Dimanche 29 Juin

- 9h00-9h30** Petit déjeuner au centre de stage pour les inscrits.
- 10h00-12h00 :** Entraînement au DOJO ou en plein air selon météo
- 12h30 :** Déjeuner au centre de stage pour les inscrits
- 15h00-17h00 DOJO** (photo de groupe)
- Pot de l'amitié :** FIN DU STAGE

NB : - Les horaires du Dojo seront aménagés selon le niveau de pratique des inscrits. Prévoir une tenue supplémentaire car selon la météo, nous ferons une partie des entraînements sur la plage ou dans la forêt d'Escoublac.

PLAN D'ACCES au DOJO
Complexe sportif Alain BURBAN
Avenue du Bois Robin, 44500 La Baule-Escoublac
GPS coordonnées DD lat 47.295502 x Long-2.354014
GPS coordonnées MDS Lat N 47° 17' 42.655 » x Long 2° 21' 14.99 »

MODALITES D'INSCRIPTION

Le dossier doit être complété et retourné, par courrier, avec le chèque d'acompte, au siège de l'association organisatrice :
LE REGLEMENT

-Le règlement est à effectuer, par chèque, à l'ordre de « La Baule Karaté Jutsu » qui est l'association chargée d'organiser le stage.

La Baule Karaté Jutsu
8, route du Radeau
44500 La Baule Escoublac
Tel : 07-86-96-87-60

-Acompte : 50 % à joindre au dossier d'inscription dûment complété et signé.
Le solde, à l'arrivée, au moment de l'accueil des pratiquants.

Attention : les hébergements et les repas ne sont pas remboursables (car facturés par notre prestataires)

L'ORGANISATEUR

« La Baule Karaté Jutsu » est une association affiliée à la FFKDA, agréée par Jeunesse et Sports et membre de l'Office Municipal des Sports de La Baule.
Le Président est Monsieur Robert BRENANS.
Personne à joindre : Frédérick BRENANS : 07-86-96-87-60

L'ENCADREMENT

Philippe LHOMMEAU, DEJEPS, 7^{ème} dan de karaté Shotokan, directeur sportif du « Samouraï 2000 », Président du collège des enseignants. Assisté de : **Frédérick BRENANS**, DEJEPS, 3^{ème} dan de karaté Shoto-kan, enseignant au La Baule Karaté Jutsu.
Et la participation exceptionnelle d'**Emilie CACHEUX**, 2^{ème} dan de karaté, BEES 1er degré, Master A.P.A (activité physique adaptée), D.U Sport et cancer, ex-membre de l'équipe de France kumité, plusieurs fois championne de France seniors et Vice-championne du Monde par équipe.



DOSSIER D'INSCRIPTION

STAGE Emilie CACHEUX / Philippe LHOMMEAU
SAMEDI 28, DIMANCHE 29 JUIN 2014
(Remplir un dossier par participant)

Renseignements concernant le pratiquant (ou l'accompagnateur) :

Nom :
Prénom :
Age :
Numéro de téléphone :
Adresse mail :
Club d'origine :
Numéro de licence :
Grade et Style de karaté pratiqué :

Formule retenue (cocher la case correspondante) :

- Stage seul : 82 €
 - Demi stage : 52 €
 - Formule tout compris : 154 €
Comprenant : Le stage + le déjeuner, le dîner, la nuitée du 28 juin, + le petit déjeuner et le déjeuner du dimanche 29 juin.
 - Formule ½ pension : 119 €
Comprenant le stage + un seul déjeuner (au choix), le dîner et la nuitée du 28 juin, + le petit déjeuner du dimanche 29 juin.
 - Formule nuit + petit déjeuner : 99 €
Comprenant le stage + la nuitée du 28 juin et le petit déjeuner du dimanche 29 juin.
 - Stage + nuitée seule 96 € (comprenant, le stage + la nuitée du 28 juin)
 - La nuitée seule (sans stage) : 26 €
 - Le repas seul (sans stage): 14 €
 - Le petit déjeuner seul (sans stage): 7€
- Date _____ Signature _____

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné, M-Mme / NOM.....PRENOM.....

En ma qualité de PERE MERE TUTEUR

Autorise :

- MON FILS / MA FILLE

NOM.....PRENOM.....

1- a participer au stage de karaté organisé par l'association « La Baule Karaté Jutsu », le samedi 28, dimanche 29 juin 2014 et dont j'ai pris connaissance de l'organisation décrite ci dessus.

2- a être transporté (e) sur les lieux où le stage se déroulera et où l'hébergement aura lieu par des personnes véhiculées étant en règle avec les lois du Code de la Route, et déclare toute responsabilité vis-à-vis du club et de ses éducateurs en cas d'accident.

- Les éducateurs ou les dirigeants ou tout autre participant adulte.

a prendre toutes les dispositions nécessaires, notamment, en cas d'accident ou de blessure de mon enfant surnommé y compris en cas d'hospitalisation, nécessitant une intervention chirurgicale, même sous anesthésie.

FAIT ALE.....

Signature