

MIĘDZYNARODOWY STAZ AIKIDO

JEAN FRANÇOIS RIONDET

shihan 8 dan

24-26. 10. 2008
TORUŃ



XXXII staż Aikido Kobayashi w Toruniu.

Organizatorzy:

Aikido Kobayashi Dojo Janusza Górskiego
oraz

Stowarzyszenie

„Akademia Zdrowia i Ruchu”
działające przy O.P.P. „Dom Harcerza”
87-100 Toruń, ul. Rynek Staromiejski 7

Współpraca:

Auto-Mar

Części do każdego auta
www.auto-mar.com.pl

87-100 Toruń, ul. Studzienna 11 (róg Antaczaka)
87-140 Chełmża ul. Sienkiewicza 5

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Toruniu
87-100 Toruń, ul. Ul. Gen. J. Bema 23/29

Kontakt:

tel. kom. :

+48 - 504- 234 -024

e-mail: aikido@slnet.pl

www.aikido.slnet.pl

Shihan Jean-François Riondet to mistrz najwyższej klasy. Uprawia sztuki walki już 46 lat (aikido, judo, karate). Jest bezpośrednim uczniem Hirokazu Kobayashi'ego, którego spotkał w 1974 r. Cwiczył pod jego okiem podczas 3 letniego pobytu w Japonii oraz podczas regularnych staży treningowych w Europie.

Mimo wysokiego wzrostu i słusznej postury Jean-François Riondet zaskakuje niezwykłą perfekcją i finezją techniczną. Shihan J.F. Riondet z wielką dbałością o szczegóły wielokrotnie demonstruje technikę. Dzięki temu każdy, niezależnie od stopnia zaawansowania może zapamiętać trudne elementy techniki. Szczególnie meguri, które J.F. Riondet opanował w stopniu niebywałym.

Takie podejście w połączeniu z wiedzą Shihan'a sprawia, że często „na nowo” można odkryć znane już techniki i poznać wiele nowych. Bogaty program stażu, otwartość i duże poczucie humoru mistrza, piękno Torunia, a szczególnie jego gotyckiej starówki, która jest wpisana na listę Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO gwarantują miłą atmosferę podczas stażu - na i po treningach.

Plan stażu :

Piątek	24.10. 2008 r.	19⁰⁰ - 21⁰⁰ tanto - To
Sobota	25.10. 2008 r.	10³⁰ - 12⁰⁰ 17²⁰ - 18⁵⁰
Niedziela	26.10. 2008 r.	11⁰⁰ - 12³⁰

Miejsce stażu:

Hala Sportowa Zespołu Szkół nr 7 w Toruniu
ul. Bażyńskich 30/36 ; 87-100 Toruń.

Koszt Stażu:

125 zł - ze zniżką do której uprawnia rejestracja.

145 zł - bez zniżki, uczestnictwo zależy od miejsca na macie,

jeden trening 45 zł (40 zł ze zniżką do której uprawnia rejestracja),

15 zł - trening dla dzieci, sobota 25X2008 ze zniżką,

25 zł - trening dla dzieci, sobota 25X2008 bez zniżki,

Rejestracja

Aby zapewnić jak najlepsze warunki do treningów podczas stażu (chodzi o dostosowanie wielkości tatami do liczby ćwiczących)
prosimy chętnych do wzięcia udziału w

Imię:

Nazwisko:

Stopień:

Nazwa Dojo:

Miejscowość:

Mistrz prowadzący dojo:

stażu o zarejestrowanie się pod aikido@slnet.pl. podając następujące dane:

Po otrzymaniu zgłoszenia zostanie wysłane potwierdzenie i numer konta na które należy przelać wpisowe – 20 zł.
Wpisowe upoważnia do zniżki składki stażowej o 20 zł (po 5 zł za trening).
Wpisowe nie podlega zwrotowi w przypadku rezygnacji z udziału w stażu.
Oczywiście dane osobowe podlegają ochronie ustawowej.

Baza Hotelowa

Dla uczestników stażu Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Toruniu przygotował specjalną ofertę noclegową. Będziemy mogli z niej skorzystać pod warunkiem złożenia zbiorowej rezerwacji. Dlatego chętni do skorzystania z tej oferty powinni jak najszybciej skontaktować się z Januszem Górkim (0504-234-024) aby dokonać rezerwacji. Rezerwacji w Hoteliku przy Pływalni będzie można dokonać do 18X2008. Najlepiej gdyby kontaktowali się prowadzący kluby aikido i zgłaszali swoich „podopiecznych”.

Hotelik przy Pływalni:

adres: ul. Bazyńskich 9/17, 87-100 Toruń

telefon: (0-56) 660 62 47

pokoje 2-3 osobowe, łazienka, telewizor i telefon.

Na terenie hoteliku znajdują się dwa baseny, sauna, siłownia, solarium, kapsuła odchudzająca, jacuzzi.
Goście hotelowi mają bezpłatny wstęp na baseny oraz otrzymują 10 % rabat na inne usługi oferowane ośrodka.
Cena dla uczestników stażu 35 zł /osobę.

Tanie noclegi oferuje także

Dom Wycieczkowy PTTK

Toruń 87-100, Legionów 24

tel. (56) 622-38-55, w tej chwili brak miejsc, po 20X może się coś zwolnić.

Z tańszych hoteli blisko centrum to

Hotelik w Centrum

87-100 Toruń

ul. Szumana 2 (pl. św. Katarzyny)

tel. (056) 652 22 46

fax (056) 652 22 46

„Hotelik położony jest w centrum Torunia 200m od dworca PKP Toruń Miasto i dworca PKP.
Parking strzeżony i niestrzeżony.

Przytulna atmosfera i miła obsługa gwarantuje udany pobyt w Naszym Hoteliku.
Do dyspozycji gości jest również hotelowa restauracja.

Kopernik Hotel Garnizonowy

87-100 Toruń

ul. Wola Zamkowa 16

tel. 056 616-24-90

Hotel – GOTYK

87-100 Toruń

ul. Piekary 20

tel. (0-56) 658-40-00

fax (0-56) 658-40-01

www.hotel-gotyk.com.pl

hotel@hotel-gotyk.com.pl

Hotel Pod Czarną Różą

Toruń 87-100, Rabiańska 11 tel. 56/621-96-37

www.hotelczarnarozza.pl

E-mail: hotel@hotelczarnarozza.pl

Hotel Pod Orłem

87-100 Toruń

Mostowa 17

tel. (056)622-50-24

Dalej od centrum ale tanie noclegi oferuje:

Przedsiębiorstwo Turystyczno – Gastronomiczne Twierdza Toruń Fort IV

Schronisko młodzieżowe, restauracja,

ul. Chrobrego 86

87-100 Toruń

Ceny: 15-18 zł

tel. 56/ 655-82-36

fax 56/ 658-31-92

www.twierdza.torun.komp.pl
twierdza@twierdza.torun.komp.pl

Można też sprawdzić na stronach:

<http://miasto.torun.pl/szukaj/>
www.it.torun.pl/index.php?d=14&t=1401