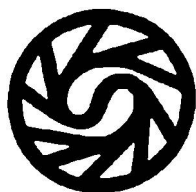


Fédération Française d'Aïkido et de Budo  
**G.H.A.A.N.**

**MODULE 1**

Programme de la journée du 07 novembre 2009

<b><u>Horaire</u></b>	<b><u>Thème</u></b>	<b><u>Intervenants</u></b>
<b>08h30 – 09h00</b>	<b>Accueil des stagiaires / Inscriptions</b>	-
09h00 – 09h30	- Présentation du BIFA et du BF	R. Gilabel / Th. Geoffroy
09h30-10h00	- Biomécanique	C. Cébille / H Dizien
10h00 – 10h30	- Physiologie de l'effort	C. Cébille / H Dizien
<b>10h30 -10h45</b>	<b>Pause</b>	-
10h45 – 12h00	- Construire un cours de 15 à 20 minutes. (Théorie et mise en application)	C. Cébille / H Dizien
<b>12h00 – 14h00</b>	<b>Pause méridienne / Repas en commun</b>	
14h00 – 15h30	- Enseigner l'AÏKIDO aux enfants (Théorie et mise en application)	R. Gilabel / Th. Geoffroy
<b>15h30 - 15h45</b>	<b>Pause</b>	-
15h45 – 16h15	- Responsabilités de l'enseignant.	R. Gilabel / Th. Geoffroy
<b>16h15 – 17h00</b>	<b>Questions / Réponses</b>	<b>Tous</b>



Fédération Française d'Aïkido et de Budo  
**G.H.A.A.N.**

**MODULE 2**

Programme de la journée du 13 février 2010

<b><u>Horaire</u></b>	<b><u>Thème</u></b>	<b><u>Intervenants</u></b>
<b>08h30 – 09h00</b>	<b>Accueil des stagiaires</b>	-
09h00 - 09h30	- Histoire du sport	R. Gilabel / Th. Geoffroy
09h30 – 10h00	- Les fondations de l'AÏKIDO	C. Cébille / H Dizien
10h00 – 10h30	- Connaître les grades en AÏKIDO (obligations, modalités de passage, etc...)	R. Gilabel / Th. Geoffroy
<b>10h30 -10h45</b>	<b>Pause</b>	-
10h45 -12h00	- L'étiquette en AÏKIDO (Théorie et mise en application)	R. Gilabel / Th. Geoffroy
<b>12h00 – 14h00</b>	<b>Pause méridienne / Repas en commun</b>	
14h00 – 15h30	- Relation entre le travail à mains nues et le travail aux armes en Aïkido (Théorie et mise en application)	C. Cébille / H Dizien
<b>15h30 - 15h45</b>	<b>Pause</b>	-
15h45 – 16h15	- Mener les démarches nécessaires à l'ouverture d'un club (préfecture, fédération, DDJS, etc...)	R. Gilabel / Th. Geoffroy
<b>16h15 – 17h00</b>	<b>Questions / Réponses</b>	<b>Tous</b>