



SCHWEIZERISCHER YOSEIKAN-BUDO VERBAND
FEDERATION SUISSE DE YOSEIKAN-BUDO

Selbstverteidigung • Wettkampf • Kampfkunst
Self-défense • Compétition • Art martial

www.yoseikan.ch

Directeur Technique
Maurice Penseyres
Rue du Château 32
1870 MONTHÉY

Tel. Fax 024 / 471.62.41
E-Mail mpenseyres@netplus.ch

**INTERNATIONALER LERGANG MIT
STAGE INTERNATIONAL AVEC
MAITRE HIROO MOCHIZUKI**

Datum/Date:	20 Octobre 07
Ort/Lieu:	Genf/Genève, école Liotard, 66 rue Liotard (Dojo) Siehe Plan im Anhang/Voir plan en annexe
Samstag/Samedi:	9h30 à/bis 12h00 14h30 à/bis 17h30 Dès 18h00 examens dan
Mittagessen Samstag/Diner Samedi:	à la carte
Nachtessen Samstag/Souper Samedi:	à la carte
Übernachtung/Hébergement:	DOJO (Gratuit)

Hôtels dans le quartier de la Servette www.geneve.ch

Frühstück/Déjeuner: à la carte

Lehrgangskosten/Frais stage:

Erwachsene/Adultes	Fr. 50.-	€40.-
Ohne YWF-Lizenz	Fr. 75.-	€50.-
<i>(keine Tagesgebühren / pas de tarif à la 1/2 journée)</i>		



SCHWEIZERISCHER YOSEIKAN-BUDO VERBAND FEDERATION SUISSE DE YOSEIKAN-BUDO

Selbstverteidigung • Wettkampf • Kampfkunst
Self-défense • Compétition • Art martial

www.yoseikan.ch

Directeur Technique
Maurice Penseyres
Rue du Château 32
1870 MONTHÉY

Tel. Fax 024 / 471.62.41
E-Mail mpenseyres@netplus.ch

Lehrgangsprogramm/Programme du stage:

Samstag/Samedi: 9h30 à / bis 12h00

- 9h30 – 10h30 **Stage technique:** Landoli d'entraide, atemis, clés, étranglements, contre-prises.
- 10h40 – 11h50 **Stage sportif (technique de compétition) :** techniques d'armes, tchobo / tchobo
- 11h50 – 12h00 **Stretching**
- 14h30 – 15h20 **Tai sabaki no kata** Applications et Kata pur
- 15h30 – 16h20 **Stage sportif (technique de compétition)** poings-pieds-projections,...
- 16h30 – 17h30 **Hashakuken yodan**

18h 00 Examens 3^{ème} dan et plus



SCHWEIZERISCHER YOSEIKAN-BUDO VERBAND FEDERATION SUISSE DE YOSEIKAN-BUDO

Selbstverteidigung • Wettkampf • Kampfkunst
Self-défense • Compétition • Art martial

www.yoseikan.ch

Directeur Technique
Maurice Penseyres
Rue du Château 32
1870 MONTHÉY

Tel. Fax 024 / 471.62.41
E-Mail mpenseyres@netplus.ch

sortie aéroport au niveau de l'aéroport, direction Genève
suivre avenue Louis-Casaï en direction de la Servette (**direction Genève-centre**)
au carrefour de la Servette (face au Mc Donald), tourner à droite
passer devant le poste de police et tourner à droite. L'école est à 200 mètres sur la droite

