



日本体術

# INFORMATIONS

## STAGE ÉTÉ 2022 SPA - Belgique

**Du Dimanche 10 au Vendredi 15 Juillet 2022**

### Accueil :

L'accueil des stagiaires se fera le dimanche 10 Juillet à partir de 16h00 à la résidence Olympic du centre ADEPS - La Fraineuse, Avenue Amédée Hesse, 41A - 4900 Spa - Belgique.  
Site internet du centre : [http://www.sport-adeps.be/index.php?id=cs\\_spa](http://www.sport-adeps.be/index.php?id=cs_spa)

### Entraînement :

Les entraînements auront lieu sous la direction de Laurent LARIVIERE 6<sup>ème</sup> Dan FFK du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00.

### Hébergement :

Dans les locaux de la résidence Olympic du centre sportif ADEPS ;  
Chambre de trois lits avec salle de bain et WC privatif, télévision, wifi, drap et serviette de bain fournis.  
Salle commune avec télévision, bar et baby foot.  
Possibilité de faire une lessive sur place avec supplément.

### Restauration :

Les repas sont préparés sur place et servis dans la salle de restaurant de la résidence Olympic.  
Horaires : Petits déjeuners 8h00 - Déjeuners 12h45 - Dîners 19h30  
Le jeudi soir : organisation d'un barbecue sans supplément de prix.

### Activités et détente :

#### Activités au centre ADEPS :

Le dojo sera en accès libre l'après midi.  
Les terrains de sports en extérieur, les salles de fitness et de musculation sont à notre disposition. Certains équipements pourront être occupés jusqu'à 16h30 par des fédérations ou clubs qui seront comme nous en stage : l'accès aux installations sera donc possible à partir de 16h30 si ces dernières sont occupées. Pensez à apporter vos équipements, ballons (Rugby, Foot, Volley ...) raquettes de tennis, raquettes de tennis de table, badminton etc

#### Activités hors centre :

La région offre un large éventail de randonnées pédestres et VTT dans le parc naturel des Hautes de Fagnes -Eifel et plein d'autres activités, avec notamment les thermes de la ville de Spa <https://www.thermesdespa.com/accueil/> mais aussi pour les amoureux des sports mécaniques son célèbre circuit automobile de Spa Francorchamps (Circuit F1 <https://www.spa-francorchamps.be/et> Karting <http://www.francorchamps-karting.be/home.html>)  
Bruxelles à 1h30 - Namur à 1h20 - Liège à 0h40 - Aix la Chapelle (Allemagne) à 0h50 - Luxembourg à 1h50 et Maastricht (Pays Bas) à 0h50.

### Formules et Tarifs

Arrivée le Dimanche à 16h00 - Départ le vendredi 14h00

Formule 1 : Stage - Pension complète - Activités du centre Adhèrent AINTJ **400 Euros**

Formule 2 : Stage - Pension complète - Activités du centre Non adhérent AINTJ **450 Euros**

Formule 3 - Pension complète - Activités Centre Accompagnant **350 Euros**

Paiement 50% d'arrhes à l'inscription et le solde le 1<sup>er</sup> jour du stage. *Chèque à l'ordre de l'AINIJ*

Nous contacter si paiement par virement.

### Inscription :

Informations et pré-Inscriptions : [stage-ete@aintj.net](mailto:stage-ete@aintj.net)

Règlement à Laurent LARIVIERE - 6 chemin des écoles 92350 LE PLESSIS ROBINSON - France

***Toute inscription est ferme et définitive - Aucun remboursement possible.***

**Date limite d'inscription  
01 Juillet 2022**

