

**14 au 17 mai 2026**  
**Attention places limitées**



**IAIDO/KEN** : Jean Marc DESSAPT 4<sup>e</sup> dan IAIDO MSR

*Enseignant Chuden (FEI)*

**JODO** : Gilles TACHE Menkyo Kaiden SMRJ

*Enseignant Kuden (FEJ)*

**AIKIDO** : Daniele ROMANAZZI 6<sup>e</sup> dan Aikikai so Hombu

*Shidoïn Mutokukai Europe*

**45<sup>e</sup>**

**Stage des Îles**

**Lieu** : Les Iles de Lérins (Cannes)

**Renseignements** : Claude ELANDALOUSSI

**☎ 06 16 58 31 95 mail** : [luluclau@hotmail.fr](mailto:luluclau@hotmail.fr)

# 45<sup>e</sup> Stage des Iles 2026

## Programme du stage

**Direction technique :** JM. DESSAPT - D. ROMANAZZI - G. TACHE.

**Thème du stage :** **Kehai wo Keshite** 気配を消して. Littéralement « Kehai : signe » « Kesu : supprimer ».

Il s'agit d'épurer la technique en supprimant tout ce qui est trop lisible dans la préparation involontaire du mouvement. Ces signaux envoyés avant la technique sont autant d'ouvertures pour l'adversaire. **(JM.D)**

J'y associerai la notion de *Mushin* 無心 que l'on peut traduire par « Esprit vide » ou « Esprit libre ». Débarrassons-nous de nos pensées, de la colère, de la peur... Alors nul besoin de tension. L'Esprit ne se fige pas dans un rictus ou un mouvement de préparation et l'action se fait sans prévenir, sans réalité d'annonce. **(GT)**

Y intégrer le concept *Sei to Do* 静と道 va enrichir le thème du stage. *Sei* 静 « l'absence d'agitation - calme - immobilité » s'associe à *Dô* 道 « action ». C'est un principe fondamental qui amène l'étude du rythme *Hyôshi* 拍子 et de la marge *Yoyu* 余裕. **(DR)**

### Jeudi 14 mai 2026

12h30 - Repas  
14h30 - Ouverture officielle du stage  
15h00 - 16h30 KEIKO \*  
16h45 - 18h15 KEIKO \*  
19h30 – Repas  
21h00 - MONDO

### Samedi 16 mai 2026

06h30 – 08h00 Sotaï renshu  
08h15 – Petit déjeuner  
09h15 – 10h30 KEIKO \*  
10h45 – 12h00 KEIKO \*  
12h30 – Repas  
15h00 – 16h30 KEIKO \*  
16h45 – 17h30 KEIKO \*  
17h30 – 18H15 EMBU  
19h30 – Apéro - Repas  
21h00 – Soirée libre

### Vendredi 15 mai 2026

06h30 – 08h00 Sotaï renshu  
08h15 – Petit déjeuner  
09h15 – 10h30 KEIKO \*  
10h45 – 12h00 KEIKO \*  
12h30 – Repas  
15h00 – 16h30 KEIKO \*  
16h45 – 18h15 KEIKO \*  
19h30 – Repas  
21h00 – Classe de Calligraphie  
(Marie et Jacky PONSOT)

### Dimanche 17 mai 2026

07h00 – 08h00 *Suburi* et Bain de mer  
08h15 – Petit déjeuner  
09h30 – 10h30 KEIKO commun  
10h45 – 11h45 KEIKO / *Shiken*  
Préparatifs départ  
12h30 – Repas  
14h00 – Départ

\* lors de chaque créneau horaire, il vous sera proposé deux ateliers différents.

# 45<sup>e</sup> Stage des Iles 2026

## Informations

Lieu du stage :

Le stage se déroule dans le Fort de l'île **Sainte Marguerite**, au large de Cannes. L'embarcadère pour prendre le bateau, se situe à 10 minutes à pied de la gare, au **Quai Lebœuf**.

Horaires des bateaux : 07h30 – 09h – 10h – 11h – 12h .....

Coût du stage :

Stage complet **280€**

Journée externe sans repas **30€**



## INSCRIPTION

✂-----

NOM :

Prénom :

Adresse postale :

Ville :

CP :

Pays :

Adresse mail :

Tél :

Merci de renvoyer votre inscription avant **le 30 Avril 2026**, en y joignant un chèque d'arrhes de 100€ (à l'ordre du Jodo Club Côte d'Azur), adressé à Claude ELANDALOUSSI :

Les Fontaines de St Jean 250 Avenue Maréchal Juin

06110 Le Cannet (France)

adresse mail : [luluclau@hotmail.fr](mailto:luluclau@hotmail.fr)

### IMPORTANT

Repas de jeudi midi oui non

Repas de dimanche midi oui non

Végétarien oui non

Allergie particulière : ...

### IMPORTANT

J'atteste sur l'honneur disposer d'une assurance personnelle pour tout accident pouvant survenir au cours de ce stage, et dégage donc la responsabilité des organisateurs. D'autre part, je ne m'oppose pas à l'utilisation éventuelle de mon image.

Fait le, \_\_\_\_\_, à,

Signature obligatoire :