

**Aïkido de Sumikiri - Stage de l'Île d'Yeu - 21 et 22 mars 2020**

**Programme**

	<b>Samedi 21 mars</b>	<b>horaire</b>	<b>durée</b>	<b>coût par pers.</b>	<b>Commentaires</b>
1	rendez-vous au port Fromentine	11h15			Dépose véhicule personnel sur parking.
2	départ port Fromentine continent vers Île d'Yeu	12h00			Parking payant Blanchard ou Bodin - parking gratuit près de l'église entre rue des pins et rue de la butte.
3	traversée		30 mn	5,00 €	
4	arrivée port de Joinville Île d'Yeu	12h30			
5	récupération des vélos	12h45		20,00 €	Déplacement en vélo sur l'île - penser à prendre un sac à dos.
6	départ vers la résidence Rêves de mer	13h00			Une voiture prendra les bagages pour les amener à l'hôtel
7	arrivée à la résidence	13h30			Dépose des bagages
8	installation dans les chambres si possible et détente		1h00	50,00 €	Inclus dîner et petit déjeuner
9	départ direction dojo	14h15			
10	début cours Aïkido de sumikiri	15h00			
11	fin cours Aïkido de sumikiri	18h00	3h00		
12	balade suivant temps et retour à la résidence Rêves de mer				
13	dîner sur place à la résidence	20h30			
14	dodo à l'appréciation de chacun				

	<b>Dimanche 22 mars</b>	<b>horaire</b>	<b>durée</b>	<b>coût par pers.</b>	<b>Commentaires</b>
1	après une nuit pleine de beau rêves, ouverture douce des paupières				
2	petit déjeuner	8h00			Dépôt des bagages
3	départ direction dojo	9h00			
4	début cours Aïkido de sumikiri	9h30			
5	fin cours Aïkido de sumikiri	12h00	2h30		
6	pique nique, si mauvais temps repli dans une salle	12h30		20,00 €	Prix estimé
	<b>Option A</b>				
7	départ vers l'embarcadère de Port Joinville	15h15			
8	dépose des vélos	15h30			
9	départ port Joinville Île d'Yeu vers continent	16h00			
10	traversée		30 mn	5,00 €	Prix arrondi
11	arrivée port Fromentine	16h30			Récupération des véhicules perso.
12	retour à la maison				
	<b>Option B</b>				
7	départ vers l'embarcadère de Port Joinville	17h30			
8	dépose des vélos	18h00			
9	départ port Joinville Île d'Yeu vers continent	18h30			
10	traversée		30 mn	5,00 €	
11	arrivée port Fromentine	19h00			Récupération des véhicules perso.
12	retour à la maison				

<b>Coût séjour par personne sur l'Île d'Yeu</b>				<b>100,00 €</b>	<b>coût à plus ou moins 10%</b>
---	--	--	--	-----------------	---------------------------------

Pour ceux qui souhaiteraient arriver plus tôt (le vendredi...) ou partir plus tard (lundi...) - contact [olivier.pichaud@hotmail.fr](mailto:olivier.pichaud@hotmail.fr)