

# AIKIDO

## STAGE CIDRA

### PREPARATION GRADES

# 2026



**DOMINIQUE RASCLE**  
6<sup>e</sup> DAN CSDGE DEJEPS - SHIHAN  
CTR ARA



**HERVÉ MESSINA**  
6<sup>e</sup> DAN CSDGE - BE1  
CTR ARA

**19**  
**AVRIL 2026**

**09H30 - 13H00**

GYMNASE JEANNIE LONGO  
RUE ROBERT DUMOLARD  
07300 TOURNON-SUR-RHÔNE

**STAGE VALIDANT POUR LES PASSAGES DE GRADES - TARIF : 14€**  
**DEUX ENSEIGNANTS PAR CLUB DU CIDRA INVITÉS**