

# Institut Français du Kinomichi

## Stage Kinomichi à Vittel

du samedi 10 au dimanche 11 décembre 2022

- **Lieu de stage :** CPO (Centre de Préparation Omnisport) 367 Av. du Haut du Fol 88000 Vittel
- **Horaires :** Samedi 14h-18h30 et Dimanche 9h-13h30
- **Réservation hébergement /restauration :**  
L'hébergement et la restauration sont à proximité du dojo,( restauration en self service, wifi, salle de convivialité, linge de lit fourni, **apporter le linge de toilette**)
- **3 formules pour l'hébergement:** A choisir *avant le 2 décembre*, paiement sur place (chèque ou espèces)
  - 1) **Formule complète** (50€50) : Repas Samedi soir(14€)/nuit (Ch Ind. 29€)/petit déjeuner (7€50)
  - 2) **Chambre pour couple** (44€50 /Pers.) : Repas Samedi soir (14€)/nuit (Ch Ind. 23€ )/petit déjeuner (7€50)
  - 3) **Repas samedi soir** : 14 €
- **Accès :**  
Par l'autoroute A5, pour Paris compter 350 Km et environ 3h30 de route (sortie autoroute à Bulgnéville à 15 km de Vittel)

En train : TGV Paris Nancy puis bus SNCF de Nancy à Vittel, dojo 15 mn de la gare (si difficultés possibilité de venir vous chercher à la gare)

Départ Paris Samedi 10 décembre, 2 horaires possibles

-	Départ Paris Est	-	7h38	-	10h13
-	Arrivée Nancy	-	9h16	-	11h44
-	Départ Nancy	-	10h35	-	12h20
-	(Bus SNCF)				
-	Arrivée Vittel	-	12h	-	13h48

Retour Paris dimanche 11 décembre, 2 horaires possibles

Départ Vittel (bus SNCF)	14h22	18h27
Arrivée Nancy	15h50	19h55
Départ Nancy (TGV)	17h16	20h16
Arrivée Paris Est	18h46	22h00

Association Spiral'Eau Kinomichi si besoin informations complémentaires ,

Contacts :

- Jean Louis DEMARET : 06 48 39 46 55, mail : [jldemaret@orange.fr](mailto:jldemaret@orange.fr)
- Gilles POIROT : 06 74 34 06 03, mail : [gilles.poirot@yahoo.fr](mailto:gilles.poirot@yahoo.fr)
- Alain MARC 06 85 78 72 76, mail : [amarc88@orange.fr](mailto:amarc88@orange.fr)