

Témoignages:

La pratique de l'Aïkido est basée sur des principes simples et justes, union des énergies, recherche de l'harmonie au travers de la pratique et respect de l'adversaire. En Aïkido, il n'y a d'ailleurs pas d'adversaire mais au contraire un partenaire, sur le tatami tout n'est qu'équilibre et attention envers celui qui vous donne l'énergie et vous fait progresser. **Nicolas**

--☯--

L'Aïkido et le Shiatsu sont deux disciplines qui me passionnent, elles sont ma voie vers l'harmonie, un chemin vers la paix intérieure. Elles m'accompagnent dans la compréhension juste : la connaissance de mes limites par rapport aux autres, la conscience d'un lien qui nous unit tous. Chaque être possède sa propre voie de prise de conscience, d'évolution, de cheminement. Chaque être en a les capacités et la volonté; le temps pour y parvenir est propre à chacun. **Céline**

--☯--

L'Aïkido n'est pas un moyen de changer l'autre, que se soit en bien ou en mal, mais un moyen de changer soi-même. Chaque individu doit trouver son temps : le temps de sa propre évolution. L'Aïkido n'est certes pas le seul moyen d'évoluer dans la vie, mais si l'on en cherche un, celui-ci en est un, indéniablement. **Pascal**

--☯--

En Aïkido les techniques sont variées, nous pouvons travailler à mains nues avec un ou plusieurs partenaires, ou avec des armes. La préparation respiratoire et la concentration sont nécessaires dans cette discipline martiale accessible à tous, homme ou femme, de l'âge tendre à l'âge mûr. **Fadi**

L'Aïkido en quelques mots :

Art martial traditionnel japonais, l'Aïkido n'oublie pas ses origines guerrières et donne à ses pratiquants les moyens de se défendre face à n'importe quel type d'agression.

La pratique de l'Aïkido s'inscrit dans une philosophie qui ne vise pas le conflit, la guerre ou la violence, mais cherche au contraire à procurer à chacun la paix intérieure et la confiance en soi.

Cette discipline permet également la découverte d'une harmonie du corps et de l'esprit, grâce à un travail procurant souplesse et précision.

L'Aïkido a pour objectif d'améliorer les relations entre les personnes en favorisant le développement harmonieux de chacun.

Dans cette perspective, c'est à la valorisation mutuelle qu'il convient de s'employer et non à l'affirmation de soi au détriment de l'autre, et c'est la raison pour laquelle la compétition, qui glorifie le vainqueur, n'a pas sa place dans cette discipline.

合気道

*Un entretien du corps
Un art de vivre
Une discipline martiale*

L' Aïkido



*à découvrir au dojo
du complexe sportif du
Val Saint Pierre à Jury*

Site web : shobuaikido.weebly.com

Conçu et imprimé par nos soins
Ne pas jeter sur la voie publique



SHOBU AÏKIDO

Val Saint Pierre



3 rue de Metz 57245 Jury

contact : shobu.aikido@gmail.com



Shobu Aïkido Val Saint Pierre est une association fondée en 2006 après trois années de fonctionnement au sein de la MJC locale.

----

Les cours se déroulent au dojo :

mardi de 20h00 à 21h30
et
vendredi de 20h45 à 22h15

L'enseignement est assuré par
André Marson Senseï,
dans le respect des valeurs
traditionnelles.

Notre dojo est affilié à la FFAB
Fédération Française d'Aïkido et de Budo

----

Modalités d'inscriptions :

Les cours sont ouverts à toutes les
personnes à partir de l'âge de 14 ans.
L'inscription est possible toute l'année.

Tarifs 2010/2011 :
Licence FFAB : 33 €
Cotisation annuelle : 100 €
Chèques ANCV acceptés



Nous vous invitons à découvrir l'Aïkido

MARDI 14 SEPTEMBRE 2010

à 20h00 au dojo du complexe sportif du Val Saint Pierre à JURY

*Pour s'initier avec aisance, nous vous recommandons une tenue sportive adaptée
(survêtement – tee shirt)*

INVITATION POUR UNE SÉANCE GRATUITE