

# Présentation de l'Aïkido



L'Aïkido est un art martial d'origine japonaise qui extérieurement se présente comme un ensemble de techniques de défense, très élaborées, basées sur les lois naturelles du cercle et de la spirale, dont le

propos réel est le développement physique, mental et relationnel de l'individu. La recherche de l'idéal de perfection par le geste en est la base.

De par son histoire, l'Aïkido s'inscrit dans la longue tradition des budos japonais, tout en affirmant son originalité par la nature de la réponse qu'il propose au problème de la violence et de l'agressivité.

En effet, il n'a jamais pour objectif la destruction de l'adversaire, ni même la dissuasion par la crainte, mais il prétend au contraire rétablir une communication afin de désamorcer l'agression et d'évacuer la situation de conflit. Créé au début du 20<sup>e</sup> siècle par Morihei UESHIBA (1883-1969), l'Aïkido est l'aboutissement de toute une vie de recherches. Le véritable génie du maître, UESHIBA, fut d'élever un ensemble de techniques physiques au rang de discipline mentale et spirituelle en créant l'Aïkido : la voie de l'Harmonie.

## LE CLUB

---

Ouverture du club :

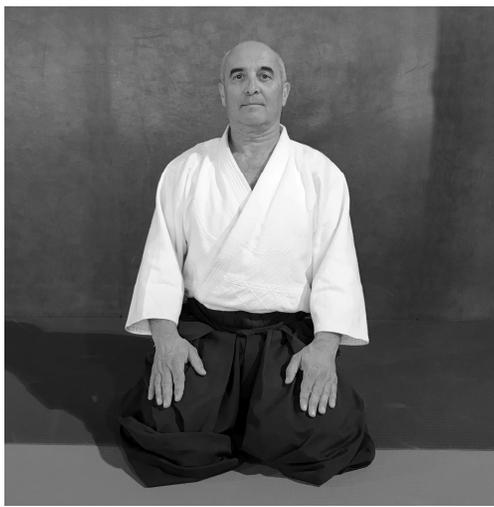
Février 1992 à l'initiative de Michel HAMON, 7<sup>ème</sup> dan, Président de la Ligue Régionale Ile-de-France FFAAA et d'Eric LELONG, Maire-Adjoint aux Sports (1995-2001).

Affiliation : <https://aikido.com.fr/>

Fédération Française d'Aïkido, d'Aïkibudo et Affinitaires.

## LE PROFESSEUR

---



**Régis PHILIPPE**  
5<sup>ème</sup> DAN  
CQP Mention Aïkido

L'ensemble des cours est assuré par Régis PHILIPPE et ses assistants

## LES COURS

---

### ENFANTS & ADOLESCENTS (7-17ANS)

- Mercredi de 18h30 à 19h30



### ADULTES (>18 ans)

- Mercredi de 19h45 à 21h15
- Vendredi de 19h45 à 21h15
- Un dimanche par mois sur un thème spécifique de 10h à 11h30 (armes, self-défense, stages ...)



## COMMENT S'INSCRIRE ?

---

- Remplir la fiche d'inscription disponible sur le site du club ou au Dojo aux heures d'entraînement
- Autorisation parentale pour les mineurs
- Faire remplir le certificat médical par son médecin traitant. Ce dernier doit dater de moins d'un an et porter la mention «apte à la pratique de l'aïkido en compétition».
- Tarif licence & cotisation annuelle :

- Enfants / Ados de 7 à 17 ans : 125 €
- Adultes : 230 €

Paiement en 3 fois possible (sept, oct, nov)  
Réduction famille à partir de 2 adhérents

## COMMENT S'EQUIPER ?

---

Un kimono Judo ou Karaté selon les goûts. Le kimono des judokas reste néanmoins le plus adapté à la pratique de l'Aïkido.

Venez au Dojo aux horaires indiqués, pour un cours d'essai et rencontrer le professeur et ses assistants qui sauront vous orienter.

Nous vous invitons également à retrouver toutes les informations sur notre site internet à l'adresse suivante :

[www.draveilaikido.fr](http://www.draveilaikido.fr)  
A bientôt sur le tatami...

## DRAVEIL AÏKIDO

Gymnase COSEC - Salle Michel HAMON  
Rue Ferdinand BUISSON  
91210 DRAVEIL

draveilaikido@gmail.com



### Le Bureau :

---

Président : Christian DI LUCIA  
Trésorière : Olivier OURNAC  
Secrétaire : Steve LUSSIAUD  
Responsable technique : Régis PHILIPPE



# AÏKIDO

---

L'Aïkido, la voie de l'union  
des harmonies

A partir de 7 ans !!!



[www.draveilaikido.fr](http://www.draveilaikido.fr)

Tél : 06 12 13 16 33

