

Comment s'inscrire ?

- Remplir la fiche d'inscription
- Fournir un certificat médical de moins de trois mois stipulant «apte à la pratique de l'aïkido en compétition»
- Autorisation parentale pour les mineurs à remplir

Tarifs (licence incluse)

- **Adultes : 230 €**
- **Ados 130 €** (né avant le 1 sept 2011)
- **Enfants : 120 €** (né après le 1er sept 2011)

Paiement possible en 3 fois (chèques ou liquide)
Réduction famille à partir de 2 adhérent(e)s
PASS'SPORT acceptés

Comment s'équiper ?

Un kimono de Judo (ou Karaté) est préconisé pour commencer.

Pour une séance d'essai, un simple jogging suffira.

Toute les infos sur notre site web pour tous renseignements : www.draveilaikido.fr

Notre équipe reste à votre disposition pour tous autres informations !!

A très bientôt sur notre Tatami !!

DRAVEIL AÏKIDO

Gymnase COSEC - Salle Michel HAMON

Rue Ferdinand BUISSON

91210 DRAVEIL

draveilaikido@gmail.com



Le Bureau

Président : **Christian DI LUCIA**

Trésorière : **Laëtitia LERNER**

Secrétaire : **Christian DI LUCIA**

Référent technique : **Régis PHILIPPE**



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO
AÏKIBUDO & AFFINITAIRES



AÏKIDO

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

A partir de 8 ans !!!



Site web : www.draveilaikido.fr
Email : draveilaikido@gmail.com
Facebook : **Draveil Aikido club**
Instagram : **Draveil_aikido_club**
tél : **0767201486**

L'AÏKIDO, c'est quoi ?

L'**AÏKIDO** est un art martial d'origine Japonaise créé par Maître **Morihei UESHIBA** (1883-1969).



Fruit d'une vie de recherche et inspiré de l'art de la guerre et des techniques de combat des **Samourais**, l'**AÏKIDO** est, **paradoxalement**, une discipline pacifique qui cherche à désamorcer la situation conflictuelle en évacuant l'agressivité et en détournant, au mieux, la force et l'énergie fournies par le partenaire.(appelé **UKE**)

Par son placement, son anticipation et sa recherche de fluidité, l'**AÏKIDOKA** (appelé **TORI**) pourra, par des prolongements naturelles, intégrer et renvoyer cette énergie vers son partenaire afin de le dissuader de continuer et ainsi mettre fin au conflit sans détruire ou nuire à quiconque.

L'**AÏKIDO**, c'est donc la voie de la **paix** et de **l'harmonie** !

Parfait pour travailler son engagement, sa vigilance, son centrage et son équilibre, cet art martial peut se pratiquer à tout âge, toute taille, tous poids et tous sexes, sans aucune discrimination.

Bref, une discipline agréable et conviviale à essayer de toute urgence !!

LE CLUB

DRAVEIL AÏKIDO a été créé en 1992 à l'initiative de **Michel HAMON** (1935-2022), 7ème Dan. Actuellement sous la direction technique de **Régis PHILIPPE** (5ème Dan AÏKIKAI).

Notre club est affilié à la **Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo et Affinitaires (FFAAA)**

LES PROFESSEURS



Régis PHILIPPE (5ème Dan *Aikikai de Tokyo*. CQP mention "AÏKIDO") assurera les **cours enfants** (et la préparations au passages de grades Dan) tout en assumant son rôle de référent technique au sein du club.



Christian DI LUCIA (2ème Dan), élève de Régis depuis 2002, assurera les **cours adultes** jusqu'au 1er KYU (équivalent ceinture marron au judo) et préparera son 3ème Dan ainsi que son BF afin d'enseigner et

de transmettre dans les meilleures conditions possible.

LES COURS

ENFANTS & ADOLESCENTS (8-14 ans)

- le Mercredi de 18h30 à 19h30



ADULTES (à partir de 15 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 ou stage spécifique ..)

