

## Comment s'inscrire ?

- Remplir la **fiche d'inscription club**
- Fournir un **certificat médical** de moins de trois mois **ou** remplir le **Questionnaire de Santé**
- **Autorisation parentale** pour les mineurs
- Document **Droit à l'image**

## Tarifs (licence incluse)

- **Adultes : 230 €**
- **Enfants / Ados : 120 €**

Paiement possible en 3 fois (chèques ou liquide)  
Réduction famille à partir de 2 adhérent(e)s  
PASS'SPORT ou CAF 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](http://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](mailto:draveilaikido@gmail.com)



## Le Bureau

Président : **Christian DI LUCIA**

Trésorière : **Laëtitia LERNER**

Secrétaire : **Christian DI LUCIA**



# AÏKIDO

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

A partir de 8 ans !!!



Site web : [www.draveilaikido.fr](http://www.draveilaikido.fr)  
Email : [draveilaikido@gmail.com](mailto: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 sexe, 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 et dirigé, jusqu'en 2024, par **Régis PHILIPPE** (5ème Dan AÏKIKAI).

Aujourd'hui repris par ses anciens élèves gradés, notre club est affilié à la **Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo et Associées (FFAAA)**

## LES PROFESSEURS



**Daniel CANIVET** (1<sup>er</sup> Dan, diplômé BF) assure les **cours enfants** le mercredi soir. (18h30 - 19h30)



**Christian DI LUCIA** (2ème Dan, diplômé BF), pratiquant depuis 2002, assure les **cours adultes** le mercredi et vendredi soir. (19h45 - 21h15)

## 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 ..)

