

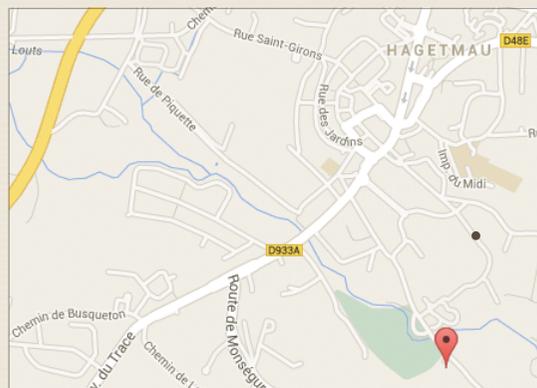
L'Aïkido est une voie qui permet
de se découvrir soi-même et de
se construire en tant qu'être
humain afin de vivre une vie
pleine et heureuse.

Le Budo est une voie de
purification. C'est le misogi
harai. Ce n'est pas une voie de
destruction de l'adversaire. C'est
une voie qui est au-delà de la
victoire et de la défaite.

Nobuyoshi Tamura



POUR NOUS REJOINDRE ...



LIEU DES ENTRAÎNEMENTS :

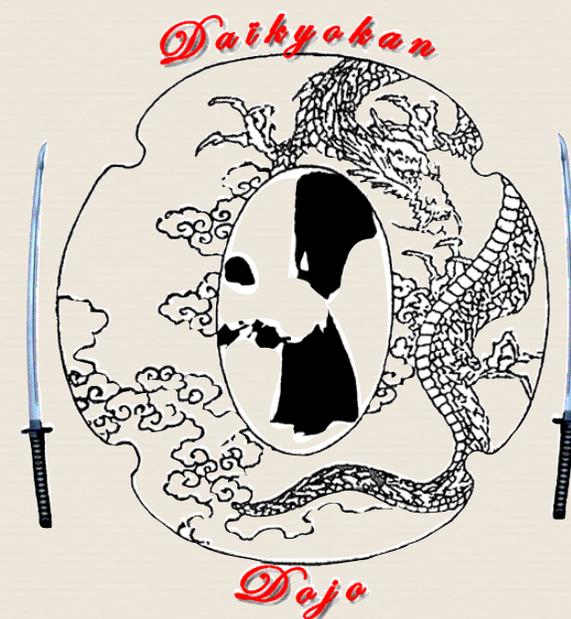
COMPLEXE SPORTIF ALAIN LANSAMAN
Chemin des Loussets
40700 Hagetmau

RENSEIGNEMENTS :

06 85 93 09 26
dufau.xavier@gmail.com
www.daikyokan-dojo.fr



AÏKIDO CLUB HAGETMAU



Fédération Française d'Aïkido et de Budo



AÏKIDO : VOIE DE L'UNION DES ÉNERGIES

UN ART MARTIAL ADAPTÉ AU MONDE MODERNE



L'AÏKIDO CLUB HAGETMAU DAÏKYOKAN DOJO

est affilié à la Fédération Française d'Aïkido et de Budo (agrément Jeunesse et Sports) fondée par Maître Tamura, 8^{ème} Dan, chargé du développement de l'Aïkido en Europe par le fondateur O'Senseï Moriheï Ueshiba.

Les cours sont dirigés par

Xavier Dufau
5^{ème} Dan, DEJEPS, 3^{ème} Dan FEI

Marion Lassalle,
3^{ème} Dan, BF

*Adultes et Enfants Femmes et Hommes
Techniques à mains nues, Self-défense
Techniques d'armes (sabre, bâton, couteau)
Respiration, Concentration
Bien-être Travail de l'énergie et du corps*

Cours pour enfants

Mercredi : 18h 30 à 19h 30

Cours pour adultes

Mercredi : 19h 15 à 21h 15

Le Fondateur de l'aïkido, Moriheï Ueshiba (1883-1969) fut inspiré par les meilleurs maîtres d'arts martiaux de l'époque. L'arrière - plan philosophique, zen, shintoïste, joua un rôle très important dans l'élaboration de cet art martial. A côté de ce retour aux sources de l'esprit traditionnel du samouraï, Moriheï Ueshiba ouvrit sa pratique à des notions plus modernes : recherche de paix, fraternité et harmonie. L'aïkido commença dès 1950 à rayonner dans le monde entier.

Lorsque l'on a un sabre, le principe de « combat » implique la mort de l'adversaire en une seule coupe ; il faut donc aller jusqu'à la cible dans le temps juste. L'aïkido a gardé cette notion fondamentale du combat tout en préservant la vie du partenaire. C'est de cette recherche du temps juste par rapport à l'attaque que va naître l'unité du mouvement. L'attaque et la défense ne deviennent qu'un seul temps. Ainsi, à travers les déplacements, le corps n'a pas besoin de force physique.

Dynamisme, équilibre, rythme, vigilance, spontanéité, souplesse et martialité sont autant de qualités que développe l'aïkido. Discipline physique et morale complète, l'aïkido permet d'acquérir une parfaite maîtrise de soi tout en assurant un développement harmonieux du corps et de ses capacités.

Chacun peut se conformer à ses possibilités physiques, le but étant précisément de mieux les connaître. Une telle pratique est accessible à tous, enfants, femmes, hommes.

Il n'existe pas de compétition en Aïkido. Les résultats ne sont que la mesure de son propre investissement.

合気道