

La Milesse

Les jeunes découvrent l'aïkido

Mardi 10 Mars 2010

Comme l'an dernier, les enfants du centre aéré de la communauté de communes de l'Antonnière se sont retrouvés au dojo de La Milesse autour de l'enseignant Philippe Brisebourg, professeur 3^e dan, pour découvrir cet art martial japonais qu'est l'aïkido. Une douzaine d'enfants se sont rendu compte, grâce à une approche ludique, que dans cette discipline, la force physique n'a qu'une importance minimale et qu'ils pouvaient déséquilibrer leur partenaire avec une relative facilité. Ils ont été initiés aux rudiments des chutes et à quelques techniques de base. Cette alternance de jeux et de pratique a réussi à faire passer auprès de ce jeune public le maître-mot de l'aïkido : le respect. Cet art martial est aussi un apprentissage dans la connaissance de soi et des autres.

Renseignements :
www.ara72@free.fr



Les enfants lors des initiations.