

Porte ouverte au club d'aïkido samedi ²⁰¹⁰



Les démonstrations succéderont aux essais.

Demain, de 10 à 12 heures au dojo de La Miliesse, le club « Aïkido Ryu Antonnière » organise une porte ouverte. Cette séance correspond à la journée « portes ouvertes » de la FFAB. (Fédération Française d'Aïkido et de Budo) au niveau national. L'aïkido est une discipline martiale créée dans les années 30 au Japon, par Maître Morihei Ueshiba, qui fut inspiré par les meilleurs maîtres d'arts martiaux de l'époque. Outre le retour aux sources de l'esprit traditionnel du Samouraï, il ouvrit sa pratique à des

notions plus modernes : recherche de la paix, fraternité, bien-être et harmonie, etc. C'est à la fois un art de vivre, une philosophie, et une technique de combat efficace.

L'opération de demain offre une occasion pour les jeunes à partir de 14 ans et les adultes de découvrir et de tester l'aïkido. A l'ARA, les enfants, les femmes et les hommes travaillent selon leurs possibilités, à leur rythme.

Entrée gratuite