

## Une trentaine de participants au stage d'aïkido

« Vous vous placez de cette manière et saisissez le poignet de votre agresseur pour lui faire effectuer une rotation tout en vous servant de son énergie ». Ces quelques conseils prodigués par Benoît Lepeltier sur un ton uniforme résonnent pourtant bien distinctement dans le dojo. C'était dimanche, en fin de matinée lors du stage régional d'aïkido qui se déroulait dans une ambiance très feutrée comme il sied à cette pratique. Sitôt les conseils délivrés, la mise en pratique est effective. « Et ici, chacun se met au service de l'autre, sans distinction de grade », confie Jérôme Gilles, le président nantais de la ligue des Pays de la Loire, venu apprécier le travail effectué par les dirigeants du club local.

« Ce stage de perfectionnement est ouvert à tous, quels que soient l'âge et le niveau », confirme Philippe Brisebourg, le président du club local et humble participant à ce stage encadré par Benoît Lepeltier 4<sup>e</sup> dan et Marie Christine Verne, 5<sup>e</sup> dan. Cette dernière présentera, avec une grande science de l'art, des situations de parade d'attaque à l'arme blanche. « Rassurez-vous, dit-elle à l'attention des quelques spectateurs présents, nous



Un pratiquant chevronné se met au service d'une néophyte pour lui apprendre comment annihiler une attaque à l'arme blanche.

ne travaillons qu'avec des armes d'exercice en bois. » Ceux qui aiment l'hémoglobine en sont pour leurs frais. Mais le spectacle n'en est pas moins impressionnant. Le sexe dit faible ne l'est pas vraiment. Il faut voir comment ces dames arrivent à maîtriser l'agression de solides gaillards en les faisant voler. Impressionnant. Pour y

parvenir, elles captent l'énergie de l'agresseur qu'elle retourne contre lui. « L'objectif, rappelle Philippe Brisebourg, c'est d'arriver à désamorcer l'agressivité de l'attaquant sans le blesser ni se blesser soi-même. Et plus l'attaque est brutale... »

Contact, Philippe Brisebourg au 02 43 40 14 00.