

**La Milesse** *QUEST FRANCE* Mercredi 16 mars

2011

## Un stage d'aïkido organisé samedi



*Les pratiquants d'aïkido milessois.*

Le club d'aïkido Ara (Aïkido Ryu Antonnière) organise, samedi, en partenariat avec l'Asa (Allonnes Sarthe aikido), un stage au dojo milessois. Il sera animé par Marie-Christine Verne, cadre enseignante de la fédération française d'aïkido et de budo, 5<sup>e</sup> dan, titulaire du brevet d'État 2<sup>e</sup> degré.

C'est l'occasion pour les deux clubs sarthois de convier les pratiquants d'aïkido de tous horizons à les rejoindre sur le tatami.

Créé à la fin des années 40, l'aïkido est un art martial adapté accessible à tous. Il utilise des techniques effectuées sans heurt et visant à canaliser, à contrôler l'adversaire. Il n'existe pas de compétition dans cette discipline que le fondateur, Morihei Ueshiba, définissait comme l'art de la paix. Samedi 19 mars, de 10 h à 12 h et 15 h à 17 h 30, au dojo de La Milesse. Site internet : <http://ara72.free.fr> rubrique stage.