

## Une saison haute en couleur au club d'aïkido



*Une partie des membres lors de l'assemblée générale avec en bout de table, Philippe Brisebourg, le président.*

« Cette année nous avons réussi à atteindre l'objectif des inscriptions. Nous espérons augmenter pour la nouvelle saison. Notre structure et la qualité des enseignants et des pratiquants, nous fait penser que c'est possible ». C'est ainsi que Philippe Brisebourg, président et professeur 3<sup>e</sup> dan du club a ouvert, jeudi soir, l'assemblée générale de l'Ara (Aïkido Ryu Antonnière), le club d'aïkido communautaire.

L'aïkido, discipline venue du Japon, est resté un art. Une pratique qui s'adresse à tous et à tout âge : le club accueille des pratiquants de 14 à 60 ans. Cet art développe le respect de soi et des autres, la

confiance en soi, la souplesse et également l'esprit particulier de non-violence. La pratique de cette discipline améliore la santé par un développement harmonieux de toutes les parties du corps.

La reprise des cours est fixée au lundi 1<sup>er</sup> septembre. « Nous commençons par 15 jours de portes ouvertes où chacun pourra essayer ou découvrir cet art martial. Tous les lundis à 20 h, mardis 20 h 30, jeudis 18 h 45, les cours seront ouverts aux plus de 14 ans », conclut le président.

**Renseignements.** Philippe Brisebourg au 02 43 40 14 00 ; adresse du site [http : ara72.free.fr](http://ara72.free.fr)