

AIKIDO RUY CLUB

« TOUTES PORTES OUVERTES »

Le club d'aïkido de La Milesse reprendra ses activités le jeudi 3 septembre. La saison débutera par deux semaines de portes ouvertes du 7 au 17 septembre. Cela a permettra à un certain nombre de personnes de découvrir l'aïkido.

L'aïkido est un art martial traditionnel japonais sans compétition qui se pratique à mains nues et aussi avec des armes en bois. Basé sur des mouvements souples et circulaires visant à neutraliser toute violence, l'aïkido développe souplesse, puissance et confiance en soi ... Il n'y a pas un attaquant et un attaqué mais deux partenaires qui travaillent dans le respect et l'harmonie.

Cette saison verra l'ouverture d'un nouveau cours pour les 11-15 ans chaque lundi de 18h à 19h30.

Le club a aussi pour objectifs: l'organisation de quatre stages privés animés par des experts reconnus. Ces stages sont ouverts à tous les pratiquants munis d'un certificat médical, quelle que soit leur appartenance fédérale, leur club, leur région géographique.

Ces stages nous permettrons de bénéficier de l'enseignement de Mickaël Martin, Léo Tamaki et Jaff Raji.

Au dojo de La Milesse, les cours ont lieu :

- lundi à 18h00 pour les 11-15ans,
- lundi à 20h00 pour les autres tranches d'âge,
- mardi à 20h45,
- jeudi à 19h15.

Le club pratique des tarifs réduits pour les jeunes et les demandeurs d'emploi et des tarifs dégressifs par rapport à la date d'inscription.

Une adhésion permet d'accéder à tous les cours de la semaine.

L'enseignant, Philippe Brisebourg, bénévole, 4e dan pratique depuis plus de 30 ans.

Pour plus d'informations rendez-vous sur : <http://ara72.free.fr>

