

DIEULEFIT AIKIDO

est une association régie par la loi 1901, affiliée à la fédération française d'Aïkido, Aïki-Budo et Affinitaires (FFAAA) au sein de la ligue Auvergne-Rhône-Alpes.

Dieulefit Aïkido propose chaque année des interclubs, des stages avec des professeurs invités, des démonstrations.

Le club a pour vocation d'ouvrir son dojo aux pratiquants des autres clubs, dans le but de partager cette discipline avec le plus grand nombre et d'élargir ainsi l'expérience de chacun conformément à l'esprit de l'aïkido.

Il offre également les 2 premiers cours d'essais à chaque nouvel arrivant.

Siège social et adresse postale :

« Dieulefit Aïkido »

**5 chemin des Demoiselles
26220 Dieulefit**

**La licence est l'assurance obligatoire.
Elle permet de suivre des cours et stages partout en France.**

Le passeport sportif est facultatif (10€) et suit l'aïkidoka sur son parcours (clubs, enseignants, stages, passages de grades ...).

Les passages de grades (5^{ème} au 1^{er} Kyu) se déroulent au sein du club, ils sont facultatifs. Ils sont matérialisés non par une ceinture de couleur, mais par un diplôme. Lors de l'examen du 1^{er} Dan, le pratiquant deviendra ceinture noire. Elle n'est pas une fin en soi, puisque 1^{er} Dan signifie en japonais «premier pallier »...

L'ENSEIGNEMENT

Les cours sont dispensés par 3 professeurs:

***Antoine Cuche** 1^{er} Dan, APE, pour le cours des adultes débutants le lundi

***Jean-Luc Corpet** 4^{ème} Dan, Brevet d'Etat, pour le cours adultes tous niveaux le mercredi

***Jean-Denis Roch** 3^{ème} Dan, Brevet Fédéral, pour :

- les 3 cours du vendredi ;

"jeunes samourais" - "grands samourais" - adultes

- le cours "petits samourais" et le cours suivant pour tous niveaux le samedi.

POUR TOUS

~ Réduction de 20% sur la 2^{ème} inscription par famille (*).

~ Réduction de 50% sur la 3^{ème} (et +) inscription par famille (*).

~ Apporter un kimono blanc (judo ou karaté), une ceinture blanche et des nu-pieds.

♦ Renseignements réductions :
ANCV / Top Dép'Art / Pass'Sport /
personne en difficulté financière
/Bons Caf

> Contacter le secrétaire du club
Nicolas Gilson au : 06 98 45 17 87

(*) Sur la cotisation (la moins chère),
puis ajouter la licence

> Certificat médical ou attestation
santé obligatoire

Dans l'esprit d'échange et de partage, les licenciés de **tous les clubs** sont bienvenus au dojo de Dieulefit !

AÏKIDO

Communauté de communes

Dieulefit-Bourdeaux

2023-2024



DOJO > GYMNASSE LE JUNCHER
Vieille route - 26220 DIEULEFIT

CONTACTS :

Philippe MESNARD 06 78 01 59 39

Jean-Denis ROCH 06 20 12 74 54

Nicolas GILSON 06 98 45 17 87

Association Loi 1901 N° 0263013265

FFAAA N° 13 26 07 02

agrément DDJS N° 26 01 026

SIRET N° 441 144 664 00014

SIREN N° 441 144 664

APE N° 926C

L'AÏKIDO

AÏ Harmonie
KI Energie vitale
DO Chemin

L'Aïkido est un art martial japonais créé au début du siècle dernier par le maître

Morihei UESHIBA (1883-1969).

Ce grand réformateur a fait évoluer un art de guerre (martial) vers un art de paix : L'Aïkido ne vise pas à détruire un attaquant, mais à entrer en harmonie avec lui pour neutraliser l'attaque (immobilisation ou projection).

En transformant l'opposition des forces dans leur union, le conflit deviendra communication. Il n'y a pas de compétition.

L'Aïkido se pratique à mains-nues (saisies, frappes, coupes) ou avec des armes d'entraînement en bois (sabre, bâton, couteau). Le travail des armes ne prétend pas former des spécialistes, mais permet de développer les notions de vigilance, de centrage, de temps et de distance.

Dynamique et harmonieux, l'Aïkido apporte dès le début plaisir et bien-être en nous assouplissant et nous solidifiant.

Concentration et écoute sont plus importantes que force musculaire ou souplesse articulaire, ce qui rend l'Aïkido accessible aux enfants, femmes et hommes de tous âges.

Cours Enfants et Ados

Particulièrement pour les enfants, il est précieux de proposer une activité sans compétition.

Grâce à une pédagogie adaptée, les enfants peuvent pratiquer soit à main nue, soit avec des armes en bois.

L'Aïkido favorisera leur conscience du corps et le respect mutuel, la synchronisation de leurs gestes tout en extériorisant et canalisant l'énergie qu'ils ont en eux.

Les cours des 4-5 ans et 6-9 ans sont basés sur l'apprentissage par le jeu, le cours des 10-17 ans est d'avantage axé sur la rigueur des techniques.

HORAIRES

- Petits samourais (4-5 ans) :
le samedi 10h30 - 11h00
- Jeunes samourais (6-9 ans) :
le vendredi 18h00 - 19h00
- Grands samourais (10-17 ans) :
le vendredi 19h00 - 20h00
- Pour JS et GS : Samedi 11h00-12h30

TARIFS

	petits samourais	jeunes/grands samourais
Cours à l'année :	70 €	100€
Cours pour 2 trimestres :	50 €	80 €
Cours pour 1 trimestre :	40 €	50 €

Ajouter la licence annuelle :
né après le 1/09/2010 26 €
né avant le 1/09/2010 38 €

*Chèque à l'ordre de Dieulefit Aïkido
réductions sur tarifs, voir au dos.

Cours Adultes

HORAIRES

Lundi	19h30 - 21h30
Mercredi	20h - 22h00
Vendredi	19h00 - 21h15
Samedi	11h00 - 12h30

TARIFS

Cours à l'année:

- Adultes 150€
- Demandeurs d'emploi, étudiants 120€

Cours pour deux trimestres:

- Adultes 110€
- Demandeurs d'emploi, étudiants 85€

Cours pour un trimestre:

- Adultes 70€
- Demandeurs d'emploi, étudiants 55€

Ajouter la licence annuelle: 38 €

*Chèque à l'ordre de Dieulefit Aïkido



* mail: contact@dieulefit-aikido.fr

* <http://www.dieulefit-aikido.fr>