

合気道

AÏKIDO

Deviens Aïkidoka aujourd'hui



INTEGRER DES VALEURS

De par son code moral,
l'Aïkido t'apprend le respect,
la bienveillance, mais aussi
le contrôle de soi.
Des valeurs pour la vie !

S'AMUSER
Viens t'amuser et
apprendre des
techniques,
te faire des
nouveaux copains !
Cette discipline
est accessible aux
garçons et filles
de toutes tailles.



S'EPANOUIR
L'Aïkido développe
la coordination,
les réflexes,
la souplesse
ainsi que l'endurance.

On y apprend aussi
des esquives,
des projections,
des immobilisations,
des roulades
en avant et en arrière.
Des spécialités héritées
des samourais !



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO
AÏKIBUDO KINOMICHI & DISCIPLINES ASSOCIÉES

* Ligue Île de France

AÏKIDO

LE COIN DES PARENTS

Vous souhaitez inscrire votre enfant dans un club d'Aïkido.

Ce club est affilié à la FFAAA (Fédération d'Aïkido d'Aïkibudo et Associées). De ce fait vous avez l'assurance que l'enseignant a été formé et possède un diplôme, et que toutes les normes d'hygiène et de sécurité sont respectées.

L'Aïkido est un art martial sans compétition.

La technique se fait avec un partenaire et non un adversaire. L'Aïkido apprend à construire avec ce partenaire une relation calme et efficace sans violence ni agressivité. Ce qui, dans notre société apaise, donne confiance et canalise les énergies. Cette discipline représente donc une activité éminemment éducative où les enseignants cherchent à développer toutes les compétences des enfants, physiques et mentales en dehors de toute confrontation ou rapport de force.

Physiques : attitudes, tonicité, mobilité, développement bilatéral des habiletés motrices, travail de l'équilibre et de la coordination, développement des réflexes, de l'endurance.

Ceci grâce à l'apprentissage de déplacements spécifiques, de chutes avant et arrière et de techniques étudiées avec son partenaire qui sont un moyen d'acquérir des principes utiles au développement physique harmonieux de l'enfant.

Mentales : concentration, travail de la mémoire, maîtrise de soi, confiance en soi, socialisation et civisme. Par l'écoute, la reconnaissance et la mémorisation des termes japonais, la reproduction des mouvements techniques qui permettent de se construire selon des principes qui forment la personnalité humaine, par le respect des règles spécifiques à observer dans un dojo.



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO
AÏKIBUDO KINOMICHI & DISCIPLINES ASSOCIÉES

* Ligue Île de France

<http://www.aikido-idf-ffaaa.fr>
<http://www.ffffaa-idf.com>