

L'aïkido est un art martial non violent, le travail se fait à main nue : [aiki tai jutsu](#), avec un jo (bâton) : [aikijo](#), ou un bokken (sabre en bois) : [aikiken](#), l'aïkido Kobayashi intègre aussi la pratique de l'[aikishintaiso](#)). Fondé par O'sensei Morihei UESHIBA (1883-1969) l'aïkido est un art martial de paix proposant d'aborder le conflit d'une manière nouvelle, où il n'y a ni vainqueur, ni vaincu mais une reconnaissance réciproque de l'attaqué et de l'attaquant. Le mot aïkido est composé des idéogrammes : « ai » l'harmonie, « ki » l'énergie et « do » la voie.



*Blesser un adversaire c'est se blesser soi-même.
Contrôler une agression sans infliger de blessure,
c'est l'Art de la Paix. Morihei Ueshiba*

Les horaires des cours pour la saison 2024 /25 :

** **Ados et Adultes** Le lundi de 19h00 à 20h30 et 20h30 à 22h00 et le mercredi 18h00 à 19h30 et 19h45 à 21h15*

** **Enfants de 6 à 12 ans** Le mercredi de 16h30 à 17h45*



(Reprise des cours le 2 septembre et inscription possible au forum ou au Dojo)
Contact: Catherine au 0651308509 ou Alain au 0782405057