



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

AIKIDO

2017-2018

Dès 7 ans



www.puc.paris/aikido

PLANNING ET LIEU D'ENTRAÎNEMENT

reprise des cours dès le mardi 5 septembre 2017 pour les jeunes
Le cours adulte reste ouvert toutes les vacances

Cours enfants avec professeurs certifiés

7-14 ans

Mardi

18h00 à 19h30

Samedi

9h00 à 11h00

Cours ados et adultes avec Techniciens Nationaux

Ados - Etudiants - Adultes

Lundi

20h30 à 22h00

Mercredi

20h30 à 22h00

Samedi

9h00 à 11h00

L'AIKIDO, UN ART MARTIAL

« Art martial » est une traduction française du terme japonais « Budo », conjonction de « Do », le chemin, et « Bu », le sens d'arrêter la flèche.

On peut donc dire que la pratique d'un Budo consiste à apprendre à « arrêter la flèche », c'est à dire à ne pas combattre. Tout combattant sait qu'il y a un moment précis où, soit le combat éclate, soit il n'aura pas lieu. Par pragmatisme, le combattant a la maîtrise de cette situation, et c'est lui qui décide.

La pratique de l'Aïkido consiste à acquérir cette capacité à ne pas créer ni alimenter le conflit : au moyen de techniques guerrières exécutées avec un dosage subtil d'énergie, le pratiquant peu à peu transcende son agressivité naturelle pour atteindre l'état de non-dualité.

En ce sens, l'Aïkido est un Art de Paix, parfaitement en phase avec le concept du Budo et offre une magnifique réponse à ce qui apparaît comme le problème majeur de notre époque : la violence.

LIEU DES COURS

au **Dojo du Stade Charléty**

17 avenue Pierre de Coubertin 75013 PARIS
Rer B Cité Universitaire | Tram T3 Stade Charléty
Bus 21 | 67 Stade Charléty



INFORMATIONS GENERALES

Notre Ambition : faire vivre un Dojo traditionnel

Traditionnel car régi par **les règles du Budo** sous la responsabilité de professeurs confirmés qui demeurent avant tout les élèves de Maître Nobuyoshi TAMURA.

Traditionnel car on y apprend que la vraie victoire est la victoire sur **Soi même** (Masakatsu agatsu – Paroles de Me Morihei UESHIBA, fondateur de l'Aïkido).

Traditionnel, car l'Aïkido n'est pas dispensé à la carte mais présenté dans sa globalité à des pratiquants **sans distinction** de grades ou de talents.

Le premier pas :

Assister à une séance en regardant silencieusement. On appelle cela **Mitorigeiko** « prendre avec les yeux ».

Si l'atmosphère qui s'en dégage vous parle, vous pouvez vous inscrire et participer avec nous à cette expérience unique.

LES ENSEIGNANTS

Jacques BONEMAISON

Shihan, 7^{ème} Dan CEN, brevet d'état 2^{ème} degré
Chargé d'Enseignement National par la FFAB
Cours du lundi et du mercredi

Antoine SOARES

6^{ème} Dan CEN, brevet d'état 2^{ème} degré
Chargé d'Enseignement National par la FFAB
Cours du samedi

Gabriel FEMENIAS

5^{ème} Dan, brevet d'état 2^{ème} degré
Cours enfants et du samedi

Stéphane FASSETTA

4^{ème} Dan, brevet d'état 2^{ème} degré
Cours du samedi



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 3 photos d'identité.
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique de l'aïkido** datant de moins de 3 mois.
- Le règlement intégral de votre cotisation (étalement possible).

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Réduc'Sports pour les parisiens et les Coupons Sports (ANCV).

Les **licences sont incluses** dans les tarifs ci-dessous :

Enfant [7 - 14 ans]	210 euros
Adolescent [15 - 18 ans]	280 euros
Etudiant	320 euros
Adulte	395 euros

Les inscriptions sont possibles tout au long de l'année (avec des tarifs dégressifs). Les cours sont également assurés pendant les vacances.

CONTACT

PARIS UNIVERSITE CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris
01 44 16 62 62

accueil@puc.asso.fr
www.puc.paris



Section Aïkido

François NET 06 74 94 35 70
Alain BOS 06 76 15 55 83

info@dojoshinkai.org
Site : www.dojoshinkai.org

ACCES

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

MAIRIE DE PARIS 



Essentiel pour moi



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIETE GENERALE

