

Dès 15 ans

2021-2022



PARIS UNIVERSITÉ CLUB

AÏKIDO



[www.puc.paris/aikido](http://www.puc.paris/aikido)



PUC – Paris Université Club



[puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)





## INFORMATIONS GÉNÉRALES

### L'AÏKIDO, UN ART MARTIAL, UN ART DE PAIX

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

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.

### NOTRE AMBITION : FAIRE VIVRE UN DOJO TRADITIONNEL

Traditionnel car régi par **les règles du Budo** sous la responsabilité du professeur (Senseï) et ses assistants qui demeurent avant tout élèves de Maître Nobuyo-shi 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)



# PLANNING ET LIEU DE PRATIQUE

---

Reprise des cours dès le lundi 06 septembre 2021  
(Les cours restent ouverts pendant les vacances)

## COURS ADOS ET ADULTES AVEC TECHNICIENS NATIONAUX

### Adolescent (15 - 18 ans) & adultes (+ 18 ans)

Lundi	20h30 à 22h
Mercredi	20h30 à 22h
Samedi	9h00 à 11h00

## LES ENSEIGNANTS

### Jacques BONEMAISON

Shihan, 7<sup>ème</sup> Dan Aikikai,  
brevet d'état 2<sup>ème</sup> degré  
Chargé d'Enseignement  
National par la FFAB  
Cours du lundi et du  
mercredi

### Avec la participation des Anciens

Diplôme d'Etat ou Brevet  
fédéral

## LIEU DE PRATIQUE

**Dojo du Stade Charléty**  
17 avenue Pierre de Coubertin  
75013 Paris



*Les règles sanitaires devront impérativement être respectées par tous*



# INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

## COURS

Adolescent [15 - 18 ans]  
Etudiant  
Adulte

## TARIFS

210 €  
280 €  
385 €

### Pièces à fournir

- 3 photos d'identité.

- Répondre au questionnaire relatif à l'état de santé de votre enfant établi par le ministère des sports. Si vous répondez « oui » à l'une des questions, il est alors demandé à votre mineur de consulter un médecin qui établira alors, ou non, un certificat médical.

- Le règlement intégral de votre cotisation (étalement possible).
- Inscription au Dojo directement (qui inclut un échange sur la présentation du Dojo)

Les inscriptions sont possibles tout au long de l'année (avec des tarifs dégressifs à partir de janvier).

**\* Le montant des cotisations sera revu en cas de non accès au Dojo pour raison sanitaire.**

## CONTACT

### PARIS UNIVERSITÉ CLUB

17 avenue Pierre de Coubertin  
75013 Paris  
01 44 16 62 62  
accueil@puc.paris  
www.puc.paris

### SECTION AIKIDO

[aikido@puc.paris](mailto:aikido@puc.paris)  
Vinh Vu Quang : 06 23 53 11 44  
J Bonemaison : 06 16 57 23 45  
Site : [www.dojoshinkai.org](http://www.dojoshinkai.org)

## ACCÈS

### Dojo du stade Charléty

17 avenue Pierre de Coubertin 75013 Paris  
RER B : Cité Universitaire  
Tram 3 : Stade Charléty  
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly



Essentiel pour moi