

Dès 15 ans

2020-2021



PARIS UNIVERSITÉ CLUB

AÏKIDO



www.puc.paris/aikido



PUC – Paris Université Club



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





INFORMATIONS GÉNÉRALES

L'AIKIDO, 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 LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise des cours dès le lundi 7 septembre 2020
(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^{ème} Dan Aikikai,
brevet d'état 2^{ème} degré
Chargé d'Enseignement
National par la FFAB
Cours du lundi et du
mercredi

Et ses assistants (brevets fédéraux)

Gabriel FEMENIAS, 5^{ème} Dan,
Brevet d'Etat
Chargé d'Enseignement
National par la FFAB

Markus HITTENBERGER, 4^{ème} Dan,
Brevet Fédéral

Mikaël LE GOFF, 2^{ème} Dan, Brevet
Fédéral

Vihn, 2^{ème} Dan, Brevet Fédéral



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

COURS

Adolescent [15 - 18 ans]
Etudiant
Adulte

TARIFS

210 €
280 €
385 €

Pièces à fournir

- 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).

Offre spéciale - Débutants : 7 premiers cours. Se renseigner auprès de la section. Inscription au Dojo directement.

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

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
Site : 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



Charte Sport
Responsable