



AÏKI CH'TI

Lettre d'information électronique

N°107

Février 2019

Éditorial :

Bonjour à toutes et à tous,

Le Week end Prochain, notre C.I.D. organisera pour la première fois **un stage dédié au travail des armes sous la direction de Patrick BENEZI**.

Cette thématique, issue de la réflexion des techniciens du C.T.R., a pour objectif principal de consolider nos bases dans ce travail indispensable pour nos pratiquants et d'amener des pistes de travail en lien avec notre pratique à mains nues.

En effet, nous notons bien souvent, lors des passages de grades ou des stages de Ligue, que notre compréhension de cette part de la pratique reste à parfaire et que la mise en place d'un temps plus important entièrement dédié à construire un référent commun est plus que d'actualité.

Actualité toujours avec la réunion de **préparation des prochaines rencontres des petits samouraïs** qui s'est tenue le week end dernier avec le concours d'une dizaine d'encadrants du projet que nous tenons ici à remercier.

Vous trouverez à cet effet sur notre site (à la page « Ressources », onglet « Pour les Clubs ») le dossier complet pour cette nouvelle édition avec toutes les informations indispensables pour que cet événementiel à destination de nos pupilles soient de nouveau une réussite. Naturellement, il n'est pas trop tard : **si vous le souhaitez pour rejoindre les rangs de l'équipe logistique du projet comme encadrant, assistant ou bénévole à l'organisation n'hésitez pas à nous en faire part car nous avons besoin de volontaires motivés !**

Enfin, le 8 **mars, à l'occasion de la Journée internationale des droits des Femmes**, nous vous convions toutes et tous à devenir ambassadeurs de votre club dans le cadre des **portes ouvertes**, opération qui propose d'accueillir pendant tout le mois de mars pour des séances d'essai gratuites le plus grand nombre possible de nos compatriotes. À la clé de cette découverte de notre belle discipline : comment l'Aïkido peut répondre à toutes leurs attentes.

François Penin

*Président de la Ligue des Hauts de France
et du Comité Interdépartemental Nord – Pas-de-Calais – FFAAA*



Sommaire

Éditorial :	1
Portes ouvertes à l'occasion de la journée des droits des Femmes	3
Agenda des réunions du C.I.D Nord-Pas-de-Calais	5
Lieu de réunion :.....	5
Nature des réunions et dates.....	5
Petit atelier pédagogique : Mettre des mots sur les choses.....	5
Préparation 1 ^{er} et 2 ^e Dan à Maubeuge	6
Rencontres des Petits Samouraïs	7
Deux Ch'tis à Tokyo <i>Carte Postale signée Bertrand Herbinet et Bruno Lamblin !</i>	8
Coin lecture : L'Aïkido, du tatami à l'éveil de soi, un ouvrage signé Marc Bachraty et Didier Robrieux	9
Affiches des prochains stages	10
Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais mars-juin 2019.....	13
<i>Aïkido comics</i> leçon 16 : Pour cheminer sur la voie, passez par l'habitude. Elle est seconde nature.	14

*Amis lecteurs, bureau des clubs et Aïkidokas en tous genres,
n'oubliez que ses rubriques sont ouvertes
à la participation de toutes et de tous, alors : à vos plumes !...*





Portes ouvertes à l'occasion de la journée des droits des Femmes



Si comme nous vous considérez que l'Aïkido est une des meilleures choses qui vous soit arrivée dans la vie, alors faites vous les ambassadeur de l'Aïkido et invitez proches ou compagnes à pratiquer.

Téléchargez les affiches



Téléchargez et diffusez [Le Dossier de presse](#)



Ligue Hauts-de-France
CID NORD-PAS-DE-CALAIS



8 Mars 2019 journée internationale des Droits des Femmes
Pendant tout le mois de mars Portes ouvertes pour des
séances d'essai gratuites dans tous les dojos de la région

Dossier de presse

À l'occasion de la Journée internationale des droits des Femmes, les clubs d'Aïkido de la région Hauts-de-France organisent des portes ouvertes à l'attention des femmes pour des séances d'essai gratuites.

Pour pratiquer à la séance d'essai, le port de vêtements amples est impératif.

Sommaire

Dossier de presse	1
Contact pour toute demande d'interview et renseignements complémentaires :	1
Listes des clubs de la Région Hauts-de-France, CIC Nord-Pas-de-Calais	2
L'Aïkido et les Femmes : dossier de presse Fédération Française d'Aïkido, Aïkibudo et Affinitaires (FFAAA)	4
Ainsi l'Aïkido est certainement l'art martial le mieux adapté aux femmes.	4
L'aïkido peut donc être traduit par « recherche pour l'unification des énergies vitales ».	4
Quatre femmes "se mettent au tatami" pour vous.	5
Synthèse : l'Aïkido et les femmes en images	7

Contact pour toute demande d'interview et renseignements complémentaires :

François PENIN, Président de la Ligue Hauts-de-France, CIC Nord-Pas-de-Calais :
Téléphone : 06.81.58.13.06
Courriel fpenin@bigben.fr



Agenda des réunions du C.I.D Nord-Pas-de-Calais

Lieu de réunion :

MAISON RÉGIONALE DES SPORTS DU NORD PAS-DE-CALAIS

Salle Chesnoy au Sous-sol

367 rue Jules Guesde 59650 VILLENEUVE D'ASCQ

Tél : 03.20.05.68.00

Nature des réunions et dates

Organisation des Petits samourais édition 2019 et réunion de la commission communication

- **samedi 23 février 2019 de 9h-12h30 ;**

Réunion du comité directeur et associés

- **samedi 27 avril 2019 de 14h00-17h30 ;**

Assemblée générale du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais

- **samedi 29 juin 2019 de 14h00-17h30.**



Petit atelier pédagogique : Mettre des mots sur les choses

Termes japonais, expression de principes fondateurs de l'Aïkido
(Extrait de la formation à l'évaluation – Bernard Palmier – Octobre 2018)

- *Dans cette rubrique, nous soumettons à votre réflexion une définition de termes japonais fréquemment employés en Aïkido. Méditez-la chez vous, dans le train, partout ! mais surtout faites la vôtre lors de vos entraînements sur le tatami !*

● **TAÏ SABAKI**

- Déplacement permettant un placement, élément constitutif de la technique qui crée l'ouverture et le déséquilibre d'Aïte / Uke.



Préparation 1^{er} et 2^e Dan à Maubeuge



Le dernier stage de Préparation Dan s'est déroulé en simultanément sur les Dojos de la région de Maubeuge et Vieux Condé sous la houlette de Philippe Tramon et Bruno Zanotti pour la session de 3^{ème} et 4^{ème} Dan, et des membres du CTR pour les 1^{er} et 2^{ème} Dan.



Le Comité directeur et le Comité Technique Régional ont voulu ainsi offrir aux stagiaires les conditions optimales d'expression afin de pouvoir en profiter de l'expérience au maximum et dans un confort certain.

Pour les 3^{ème} et 4^{ème} Dan, la formation s'est déroulée sur la journée et les pratiquants et enseignants présents ont pu échanger le midi au cours d'un repas organisé avec l'aide des équipes du Club de Vieux-Condé et la participation du C.I.D..





Rencontres des Petits Samourais



La 4^{ème} Rencontre des Petits Samourais Edition 2019 se tiendra le 1^{er} juin 2019. Forte du succès de la dernière édition, l'équipe du projet 2019 a donc initié les premiers préparatifs la semaine dernière pour relever le défi d'en faire encore une réussite pour le plus grand plaisir de nos pupilles.

Mais les acteurs principaux de cet événementiel viendront de nos clubs, enfants, enseignants et assistants, sans oublier les encadrants logistiques de l'événement.

Il nous faut donc d'ores et déjà commencer à battre la campagne tous ensemble dans nos clubs pour en faciliter la mise en place.

L'équipe de communication de la Ligue a mis en ligne affiches, dossier de presse et les documents d'inscription sur le site de la Ligue C.I.D. Nord-Pas-de-Calais dans la page : [Ressources – Pour les clubs](#)

N'hésitez pas à intégrer l'équipe du projet ou simplement confirmer votre participation à venir

Contact : pour participer à l'organisation vous pouvez vous adresser au bureau de votre club qui fera remonter l'information à la Ligue ou nous adresser directement votre candidature à l'adresse suivante : aikido.ligue.npdc@gmail.com



Deux Ch'tis à Tokyo
Carte Postale
signée
Bertrand Herbinet et Bruno Lamblin !

Bonjour à toutes et à tous,



Nous avons profité d'une semaine de vacances commune avec Bruno Lamblin pour nous retrouver à Tokyo afin d'aller pratiquer dans ce lieu mythique qu'est le Hombu Dojo. Une autre licenciée de notre club l'Aikidojolille, Emilie Garcia Timeus, qui travaille depuis peu à Tokyo, nous a rejoint. (voir photo avec Miyamoto Shihan)

Nous avons pu pratiquer quotidiennement avec les sensei de l'Aikikai dont bien-sûr le Doshu, Miyamoto Shihan, Yasuno Shihan, Kobayashi Shihan, Suguwara Shihan. Une expérience

inoubliable que l'on ne peut laisser sans lendemain.



En dehors des heures de cours, nous parcourions cette capitale tentaculaire aux parcs magnifiques (certains cerisiers commençaient même à fleurir !), aux temples également splendides.

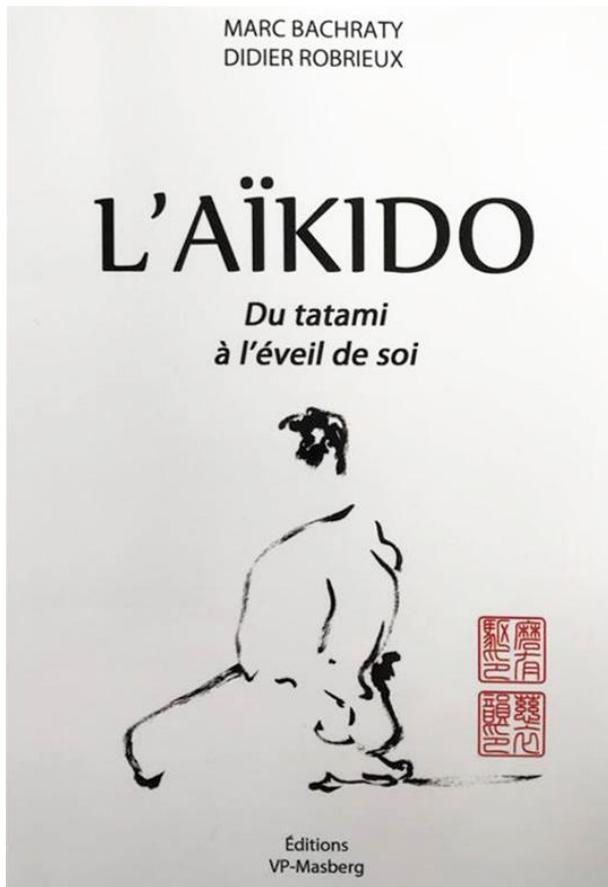


À très bientôt sur les tatamis !
Amitiés

Bertrand et Bruno



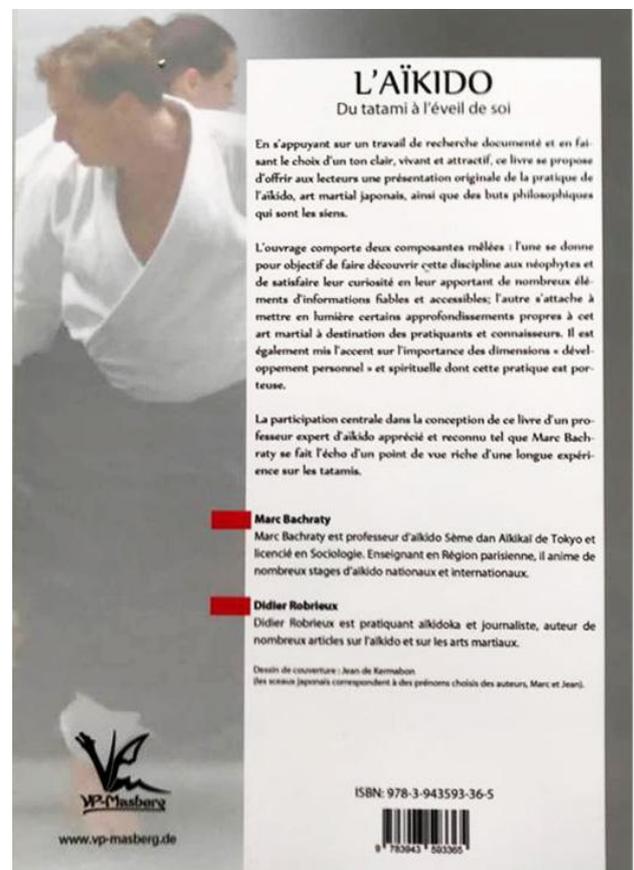
Coin lecture : L'Aïkido, du tatami à l'éveil de soi, un ouvrage signé Marc Bachraty et Didier Robrieux



d'informations fiables et accessibles ; l'autre s'attache à mettre en lumière certains approfondissements propres à cet art martial à destination des pratiquants et connaisseurs. Il met également l'accent sur l'importance des dimensions « développement personnel » et spirituelle dont cette pratique est porteuse. »

Vous avez apprécié Marc BACHRATY lors d'un récent stage dans notre région, vous apprécierez certainement ce livre !

« L'ouvrage comporte deux composantes mêlées : l'une se donne pour objectif de faire découvrir cette discipline aux néophytes et de satisfaire leur curiosité en leur apportant de nombreux éléments





Affiches des prochains stages





AÏKIDO

CID NORD-PAS-DE-CALAIS

aikido-nordpasdecalais.fr



Stage de Ligue

Sous la direction de Patrick BENEZI (7^e Dan)

- **SAMEDI 2 mars 2019** de 14h30 à 17h30
Salle Léo Lagrange
Rue André Géo 59600 MAUBEUGE - France
- **DIMANCHE 3 mars** de 9h30 à 12h
DOJO régional
15 Rue du Molinel – 59290 WASQUEHAL, France



Spécial
travail des armes

Contact :
06.81.58.13.06



Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires

*Part. : 15 € Stage validant pour les passages de grade,
Prière d'apporter vos armes, Licence de saison obligatoire*

www.aikido.com.fr
ffaas@aikido.com.fr

11, rue Jules Vallès 75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22
Fax 01 43 48 87 81
Membre pour la France de la Fédération Internationale d'Aïkido





MICHEL ERB

6. Dan Aïkikai de Tokyo

Professeur D.E 2ème degré
D.T.R. et membre du
Collège Technique National
de la F.F.A.A.A



STAGE D'AÏKIDO

MARCQ-EN-BAREUIL
SAMEDI
9 MARS 2019

LIEU
Dojo – Salle des Sports Maurice Herzog
11, rue des Entrepreneurs
(Quartier de Ploisich)
59700 Marcq en Baroeul

PARTICIPATION
25 - Euros

HORAIRES
14h00 - 17h00

INFORMATIONS
www.marcqaikido.com
+33 6 10 11 66 47
www.michelerb.com



Aïkido Arts Martiaux Maubeuge
www.aikido-sambre-avesnois.fr

Contacts
aikido.sambre.avesnois@gmail.com
Hubert BOUCNIAUX Tél : 03 27 62 14 95
hubert.boucniaux@orange.fr

Horaires
9h-11h30

Salle P-L Fresnel
Bd Corneille
59600 Maubeuge

Tarifs : 15€

Licence obligatoire




Stage Aïkido dirigé par

Bruno Zanotti Shihan

6^e Dan Aïkikai de Tokyo

le 10 Mars 2019







AIKIDO

MERCREDI 13 MARS 2019

YASUNO MASATOSHI SHIHAN
8^{ème} DAN AIKIKAI



COURS DE 20H00 A 21H30
TARIF : 20€

SALLE DES SPORTS DU HAINAUT
COMPLEXE SPORTIF PIERRE CAROUS
RUE DES GLACIS, VALENCIENNES

La surface du dojo nous oblige à limiter le nombre de pratiquants à 50.
Une réservation est mise en place et ne sera validée qu'après son paiement.
Tout paiement ne sera pas remboursé.

Informations :
+33 (0)6 62 74 81 00
<http://www.aikido-piedmont.eu/>



AIKIDO

stage international sous la direction de



YASUNO SHIHAN
8^{ème} DAN

instructeur au HOMBUDOJO / AIKIKAI DE TOKYO

jeudi 14 mars 2019

DOJO JARDIN DES SPORTS – CLUB ASPPT LILLE AIKIDO
97 RUE D'ESQUERMES - 59000 LILLE

HORAIRES 20h00-21h30 **TARIFS** 20€

RENSEIGNEMENTS
Aikido Lille Sei Ryu Kan +33 (0) 6 95 66 19 73
aikidolillelaurentfuyts@yahoo.fr
www.aikido-lille.com



Aïki Carnaval !

Une proposition de nos amis du littoral

Notre stage est tout d'abord, un stage qui se déroule en pleine période carnavalesque, mais également parce qu'il est suivi d'une soirée Carnavalesque, au Restaurant le Galion de Zuydcoote; (nombre de places limitées), permettant de découvrir nos traditions carnavalesques (Attention: Soirée déguisée!!)



Stage Aikido

Samedi 23 Mars

9h30-12h
15h-17h30

Salle de la Licorne
Avenue des Sports
59240 Dunkerque

Encadré par:
François VANEECLOO
Jean-Marie BOBO et
Olivier BURY

Tarif:
1/2 journée 10€
Journée: 15€

Amenez vos armes

合気道

Soirée Carnaval

A partir de 20h

Au GALION
2 rue du Général de Gaulle
59123 Zuydcoote

Soirée Carnavalesque et repas

Apéro, plat, boissons et dessert

Tarif: 30€

Reservation obligatoire:
<https://doodle.com/poll/wmk7498s32yzxclid>

(Choix du Plat et du dessert avant le **mercredi 13 mars**)

Plats:
Carbonnade ou Poisson du Jour

Desserts:
Gâteau aux 3 Chocolats ou Passion Framboise

Attention!!

Toutes boissons consommées hors forfait repas, seront à régler au bar

Complément d'annonce stage international 17-29/10/2019

AIKIDO			PARIS LUXEMBOURG BRUXELLES							
M	I	T	S	U	T	E	R	U		
U	E	S	H	I	B	A		植芝充央 DOJO CHO		
	1	9	>	2	7	合気道				
O		C		T		O		B	R	E
2		0		1		9		LU LUXEMBOURG		
BE BELGIQUE		22 OCTOBRE 2019		FR FRANCE		26 & 27 OCTOBRE 2019				
19 & 20 OCTOBRE 2019										
STAGE INTERNATIONAL								DOJO CHO Fédération Française d'Aïkido & Affinitaires		
						WWW.DOJOCHO2019.EU				

Message d'Henriette Flader, Directrice administrative de la FFAA

Bonjour à toutes et à tous,

L'organisation du stage international animé par Dojo-cho Mitsuteru UESHIBA continue à avancer.

Le site internet www.dojocho2019.eu mentionné sur l'affiche, est en ligne. Une page Facebook est créée pour l'événement :

<https://www.facebook.com/dojocho2019>

Vous y trouverez les deux pré-affiches du stage, version française et version anglaise (à diffuser sans modération) ainsi que le stage sous forme d'événement. Si vous avez des comptes personnels ou des pages Facebook, je vous invite à liker la page et à partager l'événement pour plus de visibilité.



Henriette FLADER



Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais mars-juin 2019



Ce panorama est mis à jour au fur et mesure que les informations nous sont fournies.

Merci de nous adresser les compléments d'informations et de nous signaler les éventuelles erreurs qui auraient pu se glisser.

mars	sam.	02-mars	14h30-17h30	stage C.I.D NPDC	Patrick BÉNÉZI (7e Dan)	Maubeuge
	dim.	03-mars	10h-12h	stage C.I.D NPDC	Patrick BÉNÉZI (7e Dan)	Wasquehal
	sam.	09-mars	14h-17h	stage privé	Michel ERB (6e Dan)	Marcq-en-Baroeul
	dim.	10-mars	9h - 11h30	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Maubeuge
	mer.	13-mars	20h-21h30	stage privé	YASUNO Shihan	Valenciennes
	jeu.	14-mars	20h-21h30	stage privé	YASUNO Shihan	Lille
	sam.	23-mars	10h-12h 14h30-16h30	stage privé	Arnaud WALTZ (7e Dan)	Waremme (B) Oreye (B)
	sam;	23-mars	9h30-12h-- 15h-17h30	stage privé Aïki Carnaval !	François VANEECLOO, Jean-Marie BOBO, Olivier BURY	Dunkerque
	sam. Dim.	30 et 31 mars		Formation brevet fédéral		
avril	sam.	13-avr	14h30-17h30	stage privé	Luc MATHEVET (6 ^e Dan)	Solre-Le-Château
	dim.	14-avr	9h30-11h30	stage privé	Luc MATHEVET (6 ^e Dan)	Maubeuge
	sam.	27-avr	14h30-17h30	Stage C.I.D. Enfants	Catherine LOUVART (3e Dan)	
	sam.	27-avr	14h-16h	stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Éleu-dit-Leuwette
	dim.	28-avr	9h30-11h30	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Liévin
mai	sam.	04-mai	9h-12h	stage privé	Micheline VAILLANT-TISSIER(6e Dan)	Waremme (B)
	sam.	11-mai	14h-16h	stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Éleu-dit-Leuwette
	sam.	11-mai	14h30-17h30	stage privé	Bernard PALMIER (7e Dan)	Carvin
	dim.	12-mai	10h-12h	stage privé	Bernard PALMIER (7e Dan)	Wattignies
	sam.	18-mai	14h30-17h30	Rencontre Enseignants	Philippe TRAMON (6 ^e Dan) et les membres du collège technique régional	Harnes
	dim.	26-mai	9h30-11h30	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Liévin
	-	29/05 - 01/06		stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Houlgate (Normandie)
juin	sam.	01-juin	14h30-18h	Rencontre des Petits Samourais		Wattignies
	sam. dim. lun.	du 8 au 10 juin		stage privé "Côte d'Opale"	Josette NICKELS-GROLIER (6e Dan)	Calais

Aïkido comics

leçon 16 : Pour cheminer sur la voie, passez par l'habitude. Elle est seconde nature.



**Ligue Hauts-de-France d'Aïkido, Aïkibudo et Affinitaires
- Comité interdépartemental Nord-Pas-de-Calais**

- Portail Ligue Hauts-de-France : <http://aikido-hautsdefrance.fr>
- Site internet CID Nord-Pas-de-Calais : <http://www.aikido-nordpasdecalais.fr/>
- Contact : aikido.ligue.npdc@gmail.com

