



AÏKI CH'TI

Lettre d'information électronique

N°110

Mai 2019

Éditorial :

Bonjour à toutes et à tous,

Mai déjà bien entamé et la dernière ligne droite de la saison qui s'annonce !
Encore quelques stages à venir pour profiter pleinement de nos partenaires de pratique.

Nous pourrons ainsi nous retrouver lors des prochaines rencontres enseignantes à Harnes ou pour assister et soutenir nos petits samouraïs le 1er juin prochain à Wattignies.

Il reste aussi bon nombre de stages organisés par les clubs ouverts à tous et pourquoi ne pas s'affûter encore un peu avant les passages de grades qui arrivent à grands pas.

François Penin

Président de la Ligue des Hauts de France

et du Comité Interdépartemental Nord – Pas-de-Calais – FFAAA



Sommaire

Éditorial :	1
Rencontre des Petits Samouraïs (1er juin 2019) : dernières inscriptions.....	2
Ça s'est passé près de chez vous : 27 avril : un stage Enfants 11 mai à Carvin : stagede Bernard Palmier	3
En direct du forum Aïki Junior	4
Un stage Aïki Mindfulness en août ?.....	5
L'Observateur du Cambrésis en parle : Yasuno Sensei en visite à Cambrai reçoit la médaille de la ville !	6
Petit atelier pédagogique : Mettre des mots sur les choses.....	7
Affiches des prochains stages	7

Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais jusque-juin 2019..... 10
Aïkido comics leçon 19 : Quand le combat commence qui hésite a perdu d'avance 11
..... 11

*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 !...*



**Rencontre des Petits Samouraïs
(1er juin 2019) : dernières inscriptions**



 **AIKIDO** 
CID
Nord-Pas-de-Calais
et Picardie
RENCONTRE DES PETITS SAMOURAÏS
4^e Edition – année 2019
SAMEDI 1^{er} juin 2019 de 14h à 17h30
DOJO, Salle Pierre de Coubertin
4, Rue Gagarine, 59139 WATTIGNIES, France



aikido-nordpasdecalais.fr
Contact : 06.81.58.13.06



© Gregory Charlet
Licence de saison
obligatoire

**N'oubliez pas de nous adresser les inscriptions
de vos enfants !**



Ça s'est passé près de chez vous :
27 avril : un stage Enfants
11 mai à Carvin : stagede Bernard Palmier



Le dernier stage de ligue enfants s'est déroulé pour leur plus grand plaisir à Harnes sous la direction de Catherine Louvart et Anicet Maluchnik.

Ce fut ainsi l'occasion de poursuivre le plan de développement des enseignants Enfants dans notre C.I.D. en mettant en avant un nouvel enseignant comme ce fut le cas lors du stage précédent animé par Catherine et Gaëlle.

Ce développement de l'encadrement Enfants sous l'assistance et la bienveillance de Philippe Tramon et Catherine Louvart s'inscrit dans notre politique de transmission de notre discipline.

Rappelons au passage les prochaines rencontres des petits samouraïs où toutes et tous nous pourrons nous retrouver à la fois le matin pour échanger avec Fabrice de Ré et l'après midi autour de nos pupilles.



Transmission, tel était encore le maître mot lors du stage animé par Bernard Palmier Shihan le week-end dernier dans les clubs de Carvin et Wattignies.



En direct du forum Aïki Junior



La ligue des hauts de France a été représentée lors du dernier stage de Vichy à la fois par des pratiquants de la région mais aussi par notre président de ligue qui a participé activement lors d'une table ronde en présentant l'événementiel organisé sur nos terres depuis quelques saisons.

Certain de l'importance que peut revêtir ce type d'événement dans la promotion de notre discipline, il aura -nous l'espérons- su faire preuve de conviction pour convaincre et rassembler autour de ce projet et qui

sait ? pour inviter d'autres régions de notre beau pays à se joindre à la démarche.

L'association Aïki Mindfulness communique :



Un stage Aïki Mindfulness en août ?

L'association Aïki Mindfulness organise un stage d'**aïkido** et d'**aïki mindfulness** animé par Gilles Rettel, 6° dan UFA, 6° dan aikikaï BE2, DTR

Bretagne FFAAA.

Date : du 5 au 10 août 2019

Lieu : Saint-Jouan-des-Guérets

Inscription sur place.

Aïki Mindfulness (ce n'est pas un art martial) = Aïkido + Mindfulness + Yoga + Qi gong + Neurosciences

Aïkido et Aïki Mindfulness
Stage du 5 au 10 août 2019 - Saint-Jouan-des-Guérets (Bretagne)
Gilles Rettel, 6e dan UFA, 6e dan Aïkikaï, BE2

Renseignements :
www.aiki-mindfulness.com
aikido.rettel.com
aikimindfulness@gmail.com
06 08 98 00 42

Tarif
pour les 2 stages : 100 €
Fin des cours samedi midi.

Cours aikido
9h30 - 11h30

TARIFS
15 € par cours
Aïkido complet 60 €
2 stages complets : 100 €
Amener armes

Cours aiki mindfulness
17h00 - 19h00
Débutants bienvenus

TARIFS
15 € par cours
Aïki Mindfulness complet 60 €
2 stages complets : 100 €

Organisé par l'Association Aïki Mindfulness

Tous les renseignements : <https://www.aiki-mindfulness.com/evenement/stage-ete-aikido-aiki-mindfulness-2019>

Hébergements : <http://www.aiki-mindfulness.com/hebergements/>

Accès : <https://www.aiki-mindfulness.com/acces-saint-jouan-des-guerets/>

Affiche du stage avec les renseignements

https://aikido.rettel.com/wp-content/uploads/2019/02/stage-aikido-aiki-mindfulness-ete-2019_compressed-1.pdf

Renseignements : 06 08 98 00 42

Amener vos armes.

Site de l'association : <http://www.aiki-mindfulness.com/>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/aikimindfulness>

Site de Gilles Rettel : <http://aikido.rettel.com/>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/aikido.rettel/>

L'Aïki Mindfulness c'est quoi ?

[...]Commençons par mindfulness qui est un terme plutôt à la mode. La traduction française la plus utilisée est « pleine conscience ». [...] « Pleine attention » ou « pleine présence » sont probablement de meilleures et plus précises traductions. Dans le cadre de l'Aïki Mindfulness, il s'agit de réaliser des exercices, des mouvements, des techniques, seul ou à deux en prêtant **une grande attention** à ce qui passe dans notre corps, à notre respiration, à nos sensations, à la relation avec le partenaire, etc. Ce n'est pas un art martial, il n'y a pas de compétition, pas de chutes.

Passons à aïki. [...] Aï se traduit en général par union, harmonie, fusion. Ki est un terme extrêmement complexe souvent traduit par : énergie, esprit, atmosphère. Il y a dans la notion de ki une idée de vitalité, de quelque chose qui circule. C'est la raison pour laquelle « énergie vitale » est souvent utilisée comme traduction. C'est le même idéogramme que le chi chinois comme dans tai chi. Aïki signifie donc l'harmonisation des énergies. [...] Dans l'Aïki Mindfulness, cette idée d'harmonisation va se traduire par la qualité de la connexion que l'on va réaliser avec ce qui extérieur à nous : le partenaire, mais aussi l'environnement, une porte, un escalier, l'air, etc. Ce avec quoi nous sommes en contact. Elle va se traduire également par la qualité de la connexion que l'on va réaliser avec nous-mêmes, notre propre corps. Comment nous connectons ses différentes parties pour avoir un corps global, unifié. Comment nous connectons notre corps et notre mental.

L'Aïki Mindfulness est donc une discipline où l'on va porter une grande attention à la relation que l'on va avoir avec l'intérieur (notre corps et notre mental) et l'extérieur (notre environnement souvent représenté dans les exercices par un partenaire).[...]

[Pour en savoir plus](#)



L'Observateur du Cambrésis en parle : Yasuno Sensei en visite à Cambrai reçoit la médaille de la ville !



Un maître japonais 8e Dan re- çoit la médaille de la Ville

L'Observateur du Cambrésis 4 avr. 2019



Le Shihan Yasuno Masatoshi 8ème Dan a reçu la médaille de la ville par Marc Derasse, conseiller municipal.

Bruno Zanotti Shihan, 6e Dan, 17 ans de pratique au Japon, instructeur du club, avait invité le maître Yasuno Masatoshi chez lui lors de sa venue en Europe. Une occasion unique pour les aikidokas d'avoir un cours privé hors norme au dojo du gymnase Carpentier. Et pour cause

c'est l'un des 10 meilleurs internationaux, instructeur à l'Aïkikai de Tokyo : un cours impressionnant de maîtrise de soi ! Le président du club, Alexandre Leclercq, a tenu à remercier particulièrement le maître « venu directement du Japon pour dispenser vos cours à Paris, à

Luxembourg City, en Belgique, à Wasquehal, à Valenciennes et conclure votre semaine dans notre dojo de Cambrai...

Le dojo de Bruno Zanotti. » Un club très actif de 25 membres et 10 jeunes. On utilise l'énergie de l'autre pour retourner

La force de l'autre contre lui avec force techniques bien sûr et les femmes ont aussi toute leur place. M. Marc Derasse conseiller municipal, a remis, au nom du Maire de Cambrai, la médaille de la Ville à Yasuno Masatoshi pour sceller une amitié indéfectible avec ce Club cambrésien.

Plus d'infos

Com. : www.aikido-cambrai.com.

Ajouter un commentaire

- Partager
- Commenter
- Sauvegarder
- Plus



Pour



Contre



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 !

● METSUKE

- Regard physique et mental. Perception globale.
- Le regard fait partie de l'unité du corps et contribue à la connexion avec le partenaire...



Affiches des prochains stages





AÏKIDO

CID NORD-PAS-DE-CALAIS
aikido-nordpasdecalsais.fr



Rencontre Enseignants

• SAMEDI 18 mai 2019 de 14h30 à 17h30
Dojo - Chemin de la deuxième voie 62440 HARNES - France



♦ Sous la direction de Philippe Tramon 6^{ème} Dan

Thème de travail : pratique du Buki Waza (armes)
à partir des sujets du Brevet Fédéral

Stage validant pour les 22h de formation B.F.

Contact : INSCRIPTIONS sur place ou par courrier à l'adresse suivante :
06.81.58.13.06 Olivier Bury, 22 Rue Delaroché 62100 Calais
Participation : 10 € pour les non-inscrits

Prrière d'apporter vos armes, Licence de saison obligatoire



FFAA
Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires

www.aikido.com.fr
ffaa@aikido.com.fr

11, rue Jules Vallès 75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22
Fax 01 43 48 17 01
Membre pour la France de la Fédération Internationale d'Aïkido



Harnes
Nord
Département



止 隆 館 AïKIDO et armes
stage dirigé par
Laurent Huyghe
5ème dan Aïkikai
+ de 7 ans de pratique à Tokyo

Rousies
Samedi 01 décembre 2018
Samedi 25 mai 2019

Horaires
15h00-17h00
le cours 15 €

Dojo municipal
160 rue de Maubeuge
59131 Rousies

Informations 06 95 66 19 73
Aïkido Lille Sei Ryu Kan
www.aikido-lille.com www.dojowambrechies.com

Aïkido
Stage dirigé par
BRUNO ZANOTTI
SHIHAN 6ème Dan Aïkikai de Tokyo

Horaires
15h00 - 17h00

Participation
20€

WASQUEHAL
Samedi 25 Mai 2019

Dojo Régional (proche de la patinoire)
15, rue du Molinel 59290 Wasquehal

En venant de Lille prendre la direction Tourcoing - Gand (A22)
Suivre Tourcoing, sortie Wasquehal puis prendre la première sortie
Au rond-point «Léon de Bruxelles», suivre Dojo Régional.

Renseignements : 06 74 52 23 17 www.aikido-piedmont.eu

ffmd Fédération Française d'Aïkido
Stage
Bruno Zanotti Shihan
6^e Dan de l' Aïkikai de Tokyo

26 Mai 2019
9h30-11h30

Le cours : 15€

Halle Vezilier
rue Descartes
62800, Lievin

Renseignements: 06 61 45 65 15 Samuel

Kenjutsu Kashima et Aïkido
stage ouvert à tout pratiquant animé par
Laurent Huyghe - 5^{ème} dan Aïkikai et ufa - Dejepts
+ de 7 ans de pratique quotidienne au hombu dojo de Tokyo et dans les dojo de Yasuno shihan
Pratiquant du Meiji jingu - shiseikan budojo de Tokyo

Stage en Normandie
entre mer et falaises
HOULGATE-CABOURG
Du mercredi 29 mai au samedi 01 juin 2019



Mercredi 29 mai : 17h00-18h30 / Kenjutsu sur la plage devant le camping de la plage Houlgate
Jeudi 30 mai : 7h30-9h00 Kenjutsu sur la plage Houlgate / 9h45-11h15 Aïkido Dojo de Cabourg
Vendredi 31 mai : 7h30-9h00 kenjutsu sur la plage Houlgate / 9h45-11h15 Aïkido Dojo de Cabourg
Samedi 01 juin : 7h30-9h00 kenjutsu sur la plage de Houlgate / 9h45-11h15 Aïkido Dojo de Cabourg

Tarifs : 1 cours 15€ / 1 jour 25€ / stage complet 70€



Informations 06 95 66 19 73 / aikidolillelaurenhuyghe@yahoo.fr
www.aikidolille.com

Amener armes, pratique prévue au dojo et sur la plage selon conditions

Stage interdiscipline
Aïkido – Krav maga






Complexe Cachera
Rue Jean Jaurès
59135 WALLERS

Arnaud Louvart **Dimanche 16 juin 2019** Franck Delsaut
4^{ème} Dan FFAA De 9h à 11h 6^{ème} Dan FFK

Tarif : 5€

Renseignements :
Gaëlle Louvart 06-88-42-40-99 ou gaelle.depret@sfr.fr

AIKIDO
Stage international
Arnaud WALTZ
7^{ème} DAN (Président du CTN de la FFAA)
Du 6 au 11 Juillet 2019
Salle des sports Armand LETY
Solre le Château (Nord) Val Joly

HORAIRES
Week-end du 6 au 7 Juillet cours de 10H à 12H, de 15H à 17H
Du 8 Juillet au 11 Juillet cours de 10H à 12H et de 18H à 20H
Mardi 9 Juillet cours de 18H à 20H spécial inter-génération (jeunes et adultes)
(Gratuit pour les enfants à partir de 7 ans)
Le programme du stage est disponible sur le site www.aikido-sambre-avesnois.fr

TARIF
Stage complet 90€
Demi stage 45€
Week-end du 6 au 7 Juillet 30€
Journée (2 Cours) 18€
Cours 10€

Renseignements
Benoît DELCAMBRE 06 77 43 37 60
Hubert BOUCNIAUX 03 27 62 14 95
Mail aikido.sambre.avesnois@gmail.fr
Site www.aikido-sambre-avesnois.fr
Hébergement : Office du Tourisme de Solre le Château . 03 27 59 32 90




Aïkido
Stage dirigé par
BRUNO ZANOTTI
SHIHAN 6^{ème} Dan Aïkikai de Tokyo

Du Samedi
27 Juillet
Au Vendredi
02 Août
2019

Horaires
Samedi 27 Juillet
17h00 - 19h00
28 Juillet au 2 Août
9h30 - 11h30
17h30 - 19h00

Participation
1/2 Journée 20€
1 Journée 25€
Stage Complet 100€

Berck sur Mer
Palais des Sports, Salle Fiolet

Avec la participation de





Tous droits réservés - ne pas jeter sur voie publique

Renseignements : 06 74 52 23 17 www.aikido-piedmont.eu





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



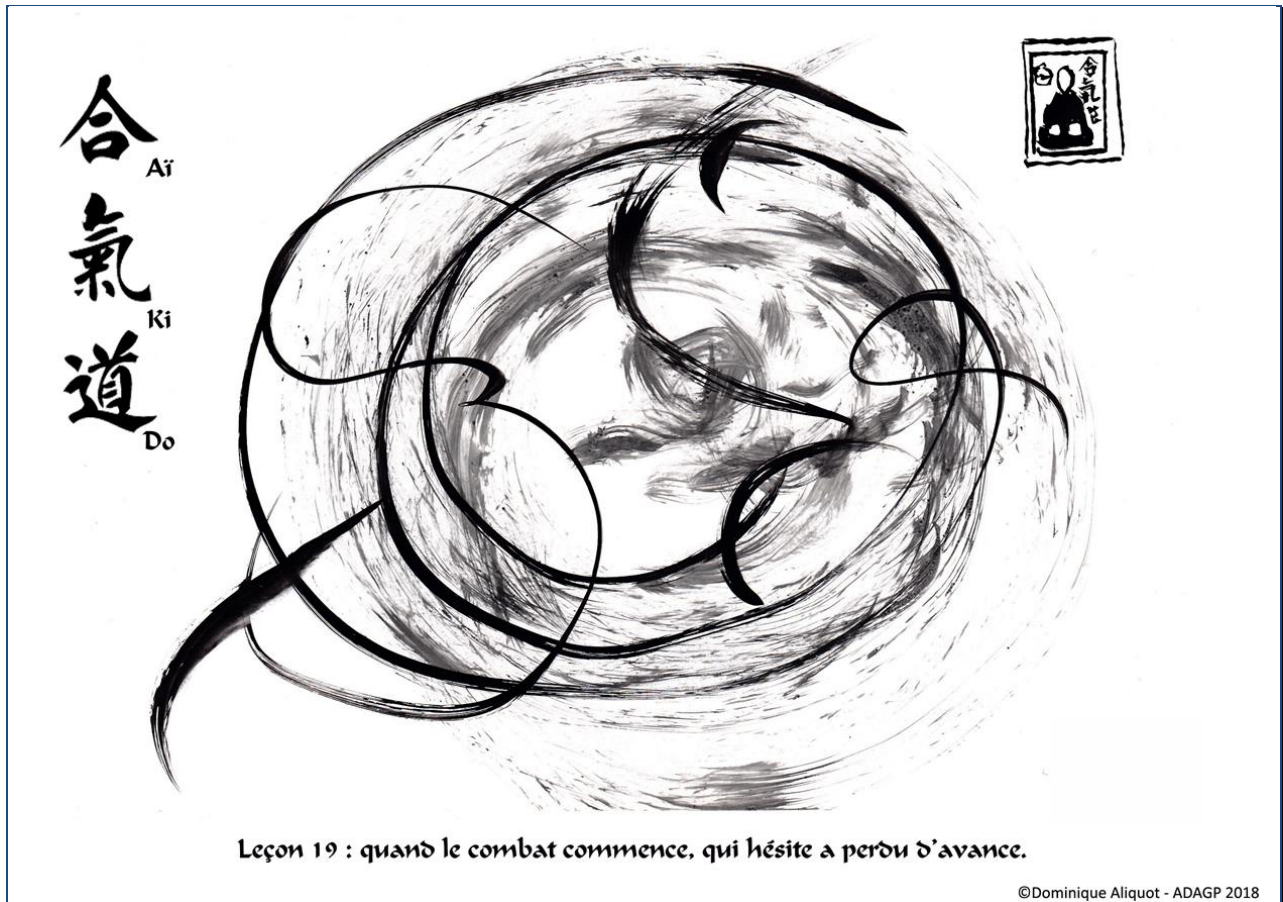
Ce panorama est mis à jour au fur et mesure que les informations nous sont fournies.

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

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)	Harnes
	sam.	25-mai	15h-17h	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Wasquehal
	sam.	25-mai	15h-17h	stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Rousies
	dim.	26-mai	9h30-11h30	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Liévin
	-	29/05 - 01/06		stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Houlegate (Normandie)
juin	sam.	01-juin	14h30-18h	Rencontre des Petits Samouraïs		Wattignies
	sam. dim. lun.	du 8 au 10 juin		stage privé "Côte d'Opale"	Josette NICKELS-GROLIER (6e Dan)	Calais
	dim.	16-juin	9h -11h	Stage interdiscipline Aïkido-Krav Maga	Aranud LOUVART (4e Dan) et Frank DELSAUT (6e Dan FFK)	Waller
juillet		6 au 11 juillet		stage privé	Arnaud WALTZ (7e Dan)	Solre-le-château
	sam.	27-juil	17h-19h	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Berck-sur-Mer
août		28-juillet au 2 août	9h30-11h30--17h30-19h	stage privé	Bruno ZANOTTI (6e Dan)	Berck-sur-Mer

Aïkido comics

leçon 19 : Quand le combat commence qui hésite a perdu d'avance



**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

