



AÏKI CH'TI

Lettre d'information électronique

N°125

Février 2020

Éditorial :

Bonjour à toutes et à tous, pratiquants, enseignants et membres des bureaux de nos associations

Une volée de stages de début d'année est à peine terminée que se profile de grands rendez-vous à ne pas manquer : **la rencontre des Petits Samourais** bien sûr qui se déroulera le 30 mai et pour laquelle l'équipe technique est en cours de constitution. Mais aussi plus près de nous, **les portes ouvertes de mars à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes**, pour lesquelles la Ligue a concocté un kit complet de communication que nous vous invitons à utiliser massivement autour de vous pour compléter les récents recrutements de janvier.

C'est le moment d'inviter vos amours, vos amies, vos collègues en jupon, vos voisines, votre conjointe, vos parentes à venir tester les sensations que procure la pratique de l'Aïkido.

Art martial, bain de jouvence physique et mental, assurance de soi renforcée, rencontres conviviales dans une communauté ouverte sur le monde... Quelle que soit ce qu'elles (et ils !) recherchent, nos clubs doivent répondre à la demande ! Encore doivent-ils se manifester, se faire connaître, s'afficher.

Mieux peut-être : intriguer, susciter la curiosité de venir essayer cet art qu'on ne s'imaginait pas (pouvoir) pratiquer. On lira ici-même le témoignage savoureux de **Yoshimitsu Yamada** dans une interview accordée à *Aïkido Journal* dans une anecdote des débuts de son implantation aux Etats-Unis.

Et puis bien sûr d'autres nouvelles et autres rendez-vous importants comme la venue de Patrick BENEZI pour un stage ouvert à toutes et tous spécialement dédié aux armes et la prochaine rencontre Enseignants.

Bonne lecture et à bientôt pour de nouvelles aventures !

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



Sommaire

Éditorial :	1
Aïki Ch'ti Mode d'emploi	2
Portes ouvertes : bilan provisoire et projet #YouToo ! pour mars	3
Idée : Intriguer pour mieux rassembler !	5
Kit d'organisation de la 5e rencontre des Petits Samourais -30 mai à Wattignies.....	7
Stages de préparation aux grades Dan à Vieux-Condé et à Maubeuge.....	8
Aïkido Valenciennes : remise du 5 ^e Dan Aïkikaï à Pascal Rutkowski.....	9
Nouveau ! Examen 5 ^e Dan.....	9
Affiches des prochains stages	10
Stages de Ligue – stage national	10
Stages privés en février-mars.....	12
Panorama des stages, rencontres et manifestations du C.I.D. Nord-Pas-de-Calais	13
<i>Aïkido comics</i> Leçon 35 : Apprenez à rire de vous-même, vous n'arrêterez pas de vous amuser..	14

Aïki Ch'ti Mode d'emploi

Amis lecteurs, bureau des clubs et Aïkidokas en tous genres,

- ❖ Les rubriques d'Aïki Ch'ti sont ouvertes à la participation de toutes et de tous, adressez vos participations à l'adresse suivante : aikido.ligue.npdc@gmail.com
- ❖ Télécharger et imprimer cette lettre : Aïki Ch'ti N°125
- ❖ Retrouver tous les numéros d'Aïki Ch'ti cliquez sur ce lien : <http://aikido-nordpasdecals.fr/medias/aiki-cti/>
- ❖ S'abonner à Aïki Ch'ti sous sa version électronique, il suffit de renseigner ce [formulaire d'abonnement](#) puis de le valider.
Et ensuite, d'ouvrir régulièrement nos lettres !





Portes ouvertes : bilan provisoire et projet #YouToo ! pour mars



Le mois de Janvier est passé et si nous faisons le compte des nouveaux licenciés ce sont 44 nouvelles recrues gagnées depuis décembre : soit 33 hommes et 11 femmes. Encore n'est-ce là qu'un compte provisoire car certains clubs n'ont peut-être pas encore renseigné la base de données de la fédération et nous savons que certains clubs n'organisent ces portes ouvertes qu'au début de février à l'instar du club de Maubeuge dont vous trouverez le tract en image ci-contre.



**C'est la nouvelle année :
le moment idéal pour commencer
l'Aïkido !**

Le club d'Aïkido de Maubeuge ouvre ses portes aux petits (7 ans minimum) comme aux grands, sans engagement. Toutes et tous pourront participer sans distinction d'âge ni de sexe.

Vous serez accompagnés et guidés pour faire vos premiers pas sur le tatami. L'Aïkido peut être une réponse à de nombreux problèmes (gérer une situation conflictuelle, self-défense, améliorer la confiance en soi, rompre avec la sédentarité, vaincre le stress, entretenir une bonne forme physique), tout en étant une activité collective agréable.

Nous vous attendons à la salle P-L FRESNEL (derrière la piscine tournesol de l'Épinette) Boulevard P. Corneille à MAUBEUGE

du 03 février au 14 février :
Lundi : 19h-20h (enfants), 19h-20h45 (adultes)
Mercredi : 17h-18h30 (enfants), 18h30-20h30 (adultes)
Dimanche : 8h-10h30

Pour toute nouvelle inscription pendant cette période, vous bénéficiez d'une licence promotionnelle (10 € au lieu de 37€) et de trois mois de cotisations gratuites (9 € par mois).



www.aikido-sambre-avesnois@gmail.com

FPM

Ne pas jeter sur la voie publique

Toutefois, les efforts que nous avons fournis jusqu'ici se révèlent encore insuffisants pour égaler les effectifs de l'année précédente non plus que pour endiguer ce qui ressemble à une décroissance (presque) continue. En témoigne le tableau suivant :

Saisons	Effectifs en fin de saison	Évolution /saison précédente	Évolution/ saison 2015-2016
2015-2016	1 316		
2016-2017	1 259	-57	-57
2017-2018	1 273	+14	-43
2018-2019	1 190	-83	-126
2019-2020 au 06/02/20	1 086	-104	-230

Le retard à combler constitue donc un défi que nous vous invitons dès à présent à relever lors des prochaines portes ouvertes de mars.

Le prétexte en est la *Journée Internationale des Droits de Femmes*. Ce rendez-vous annuel est opportun au plus haut point. 25% de femmes parmi les effectifs en Nord-Pas-de-Calais quand les femmes constituent la moitié de l'humanité, ce n'est pas acceptable. Au surplus, nos effectifs féminins sont infiniment trop faibles en regard de l'intérêt que constitue pour ce public particulier la pratique de l'Aïkido.



Pratique sportive, art martial, self-défense... quel que soit l'angle d'attaque de notre communication, les Femmes ont tout à gagner pour elles-mêmes à pratiquer l'Aïkido. Cette année nous pensons juste de faire écho à #METOO en proposant le mot d'ordre : Aïkido #YOUTOO ! Car outre que l'Aïkido permet l'affirmation de soi, trop de femmes encore pensent à tort qu'un art martial, ça n'est pas pour elles. Nous souhaitons par ce mot d'ordre les encourager à franchir le pas et nous rejoindre sur le tatami.

Vous trouverez ci-dessous les liens de téléchargement vers les éléments de communication qui vous seront utiles et que vous choisirez de relayer dans vos clubs et alentours pour votre propre campagne de recrutement.

Nous comptons sur vous !

Kit complet pour les portes ouvertes en mars 2020 à l'occasion de la journée internationale des droits des femmes

Actualité oblige, nous disposons d'une réponse possible aux tourments signalés par la campagne #METOO, l'aïkido est en effet un bon moyen d'initiation à la défense et un parcours d'initiation à l'empathie. Il fait la part belle à l'éducation et promeut des rapports pacifiés dans le respect de l'autre quel qu'il soit. Alors, à l'occasion du mois de mars 2020 et de la *Journée internationale des droits des femmes*, pourquoi ne pas clamer haut et fort à l'adresse des femmes (... et des hommes !) :

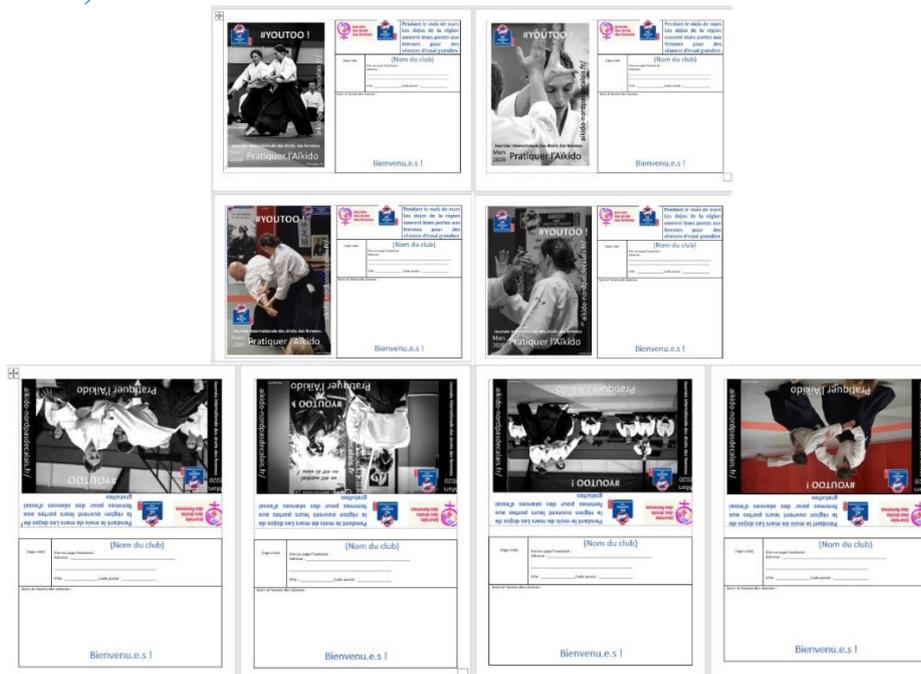
L'Aïkido ? #YouToo !

8 Affiches



Note : nous n'avons pas répercuté le slogan #YouToo ! dans les affiches pour ne pas surcharger le message.

8 Flyers personnalisable en fonction des clubs (4 au format paysage et 4 au format portrait)



Cartes à imprimer à distribuer et/ou à expédier par voie postale ou voie électronique



Bandeau à relayer sur Facebook ou au bas de vos emails !



Aikido Journal

Idée : Intriguer pour mieux rassembler !

Extrait de l'interview de Yoshimitsu Yamada accordé à Josh Gold de *Aïkido Journal* en mars 2019

Même si l'époque a changé, cette anecdote est intéressante : intriguer le public pour l'inciter à découvrir notre discipline ? C'est peut-être une piste à suivre... En tous cas, Yoshimitsu Yamada nous révèle que cette stratégie de recrutement, quoique involontaire, permis de diffuser largement l'Aïkido aux États-Unis il y a de cela 55 ans !

Aïkido Journal : Au fil des ans, vous avez construit une clientèle fidèle et une grande organisation. La plus grande des États-Unis en fait. Comment avez-vous fait pour la développer, la faire connaître et susciter l'enthousiasme des gens pour l'aïkido ?

[...]

Yoshimitsu Yamada : À cette époque, tous les arts martiaux japonais connaissaient une hausse de popularité. Nous devons surtout beaucoup au karaté. Nous avons vraiment suivi la vague de leur croissance, vous savez ?

A J : Comment cela se fait-il ?



Yoshimitsu Yamada : À cette époque, le karaté devenait très populaire et il y avait des tournois presque tous les mois. Chaque fois qu'ils organisaient un tournoi, ils me demandaient si je voulais venir faire une démonstration. Ainsi, tout le monde était présent au tournoi de karaté, et même si vous aimez le karaté, vous pouvez vous ennuyer à regarder la même chose pendant deux heures d'affilée. Ensuite, pendant l'entracte, je venais faire une démonstration d'aïkido. Pendant 10 minutes, je montrais quelque chose qui avait l'air si différent du karaté – cela étonnait vraiment les gens. Puis je disparaissais, et les gens se

demandaient : "Qu'est-ce que c'était ? Tôt ou tard, les gens commenceraient à nous chercher. À l'époque, c'était un bon moyen de susciter l'intérêt. Je les laissais s'inquiéter de nous trouver, les laissais réfléchir et se demander ce que nous faisons. Je n'ai jamais rien expliqué sur l'aïkido pendant ces manifestations. J'ai juste fait des démonstrations à fort impact en profitant des événements de quelqu'un d'autre. Dans un sens, c'était vraiment bien.

[...]

Plus tard dans l'interview, à Josh Gold qui lui demande une histoire drôle, Yoshimitsu Yamada raconte un rêve qu'il a fait récemment :

« Une fois, j'ai rêvé d'O-Sensei. Je lui ai demandé : "Sensei, pourquoi avez-vous emmené tous mes amis au ciel avec toi ?" »

Il a dit qu'il était très occupé à enseigner l'aïkido dans le ciel et qu'il avait besoin d'aide, alors il a emmené tous mes camarades avec lui.

Je lui ai demandé : "Oui, et moi ? Pourquoi m'avez-vous laissé derrière vous ?" »

Il a dit : "Pas question. Vous n'avez pas encore terminé votre mission sur terre. Continuez !" »

À bon entendeur salut !

Vous consulterez utilement la totalité de cette interview (en américain) très intéressante dans laquelle le Sensei japonais témoigne de ses relations humaines avec O-Sensei, de son point de vue sur maintes questions dont l'avenir de l'Aïkido, mais aussi sur les grades Dans et sur la nécessité de maintenir une qualité d'enseignement de haut niveau pour l'Aïkido :

<https://aikidojournal.com/2019/04/01/yoshimitsu-yamada-interview/>



Kit d'organisation de la 5e rencontre des Petits Samourais -30 mai à Wattignies



La prochaine rencontre des Petits Samourais aura lieu le 30 mai 2020, de 14h à 17h30 salle Pierre de Coubertin à Wattignies.

Elle sera honorée de la présence d'Hélène DOUÉ, représentant la Fédération Française d'Aïkido, Aïkibudo et Affinitaires.

Vous trouverez les éléments utiles au bon déroulement de cette manifestation et à la participation active de votre club ci-après

Ils se composent de :

- L'affiche :
 - en Pdf : [2020 05 30 affiche rencontre petits samourais](#)
 - en JPG : [2020 05 30 affiche rencontre petits samourais](#)
- La flamme à insérer sans vos courriels ou sur Facebook : [2020 05 30 flamme rencontre petits samourais](#)
- Le communiqué de presse : [2020 communiqué de presse Rencontres régionales des Petits Samourais](#)
- Le dossier de presse : [2020 05 30 Petits Samourais Aïkido Dossier de presse](#)
- La fiche d'inscription : [Petits-samourais bull inscription 2020](#)
- La convocation assortie de l'autorisation parentale et du mode de transport :
 - en PDF : [Convocation rencontre des petits samourais 2020](#)
 - en DOCX : [Convocation rencontre des petits samourais 2020](#)

Note importante : L'invitation habituelle se fera cette année sous la forme d'une carte de visite qui doit être produite très bientôt et qui vous sera remise de façon à vous permettre de susciter les inscriptions.

Notez dès à présent que le nombre total de participation des enfants à cette manifestation avec autorisation des parents doit nous être communiqué avant le 15 mai, ce qui signifie que les inscriptions de vos enfants doivent être fixées au plus tôt.



Stages de préparation aux grades Dan à Vieux-Condé et à Maubeuge



Stage de préparation 3^e et 4^e Dan au dojo de vieux condé.

Répartis en groupe de niveau, les participants commencent par une séance de passage à blanc. À l'issue de celle-ci, le binôme technique composé de notre DFR Philippe TRAMON et de Bruno ZANOTTI leur propose un travail basé sur les pistes d'améliorations et de compréhension détectées lors de cette matinée.

En effet, il est important pour nos élèves de s'inscrire dans une démarche durable et de moyen terme en vue de leur passage de grades et de s'assurer de leur état d'avancement sur la voie.

L'après-midi à Maubeuge sera consacré au stage de préparation 1^{er} et 2^e Dan avec les membres du Collège technique régional (C.T.R.).



Mais avant l'effort le réconfort d'une table garnie et conviviale, car c'est aussi cela l'Aïkido !



Aïkido Valenciennes : remise du 5^e Dan Aïkikai à Pascal Rutkowski



Remise du 5^e dan Aïkikai à Pascal Rutkowski senseï par Bruno Zanotti shihan 7^e dan Aïkikai.
Félicitations Pascal !



Nouveau ! Examen 5^e Dan

NOUVEAU

EXAMEN 5^{ème} DAN

Inscriptions avant **le 13 mars 2020**

Examen : **le 13 juin 2020**

Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo & Affinitaires

[Consulter la note d'information](#)



Affiches des prochains stages



Stages de Ligue – stage national



AÏKIDO

CID NORD-PAS-DE-CALAIS

aikido-nordpasdecalsais.fr



Stage de Ligue

- **SAMEDI 7 mars de 14h30 à 17h30**
Salle Léo Lagrange, Allée André Géo MAUBEUGE 59600 (F)
- **DIMANCHE 8 mars de 10h à 12h**
DOJO J. Boussekey, 341 Rue L. Braille, 59790 RONCHIN (F)



Contact : 06.81.58.13.06

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



FFAA
Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires

www.aikido.com.fr
ffaaa@aikido.com.fr

11, rue Jules Vallès 75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22
Fax 01 43 48 87 91
Membre pour la France de la Fédération Internationale d'Aïkido





AÏKIDO
CID NORD-PAS-DE-CALAIS
aikido-nordpasdecalais.fr



Rencontre Enseignants

- SAMEDI 21 mars 2020 de 14h30 à 18h30
- DOJO - Chemin de la 2ème voie 62440 HARNES (F)



Sous la direction de Philippe TRAMON 6^{ème} Dan

Thème de travail : Ukemi - de l'apprentissage au perfectionnement des chutes (à partir des sujets du BF) – épisode 2

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

Contact :

06.81.58.13.06

INSCRIPTIONS sur place ou par courrier à l'adresse suivante :
Olivier Bury, 22 Rue Delaroché 62100 Calais

Participation : 15 € pour les non-inscrits

Prrière d'apporter vos armes, Licence de saison obligatoire



FFAAA
Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires

www.aikido.com.fr
ffaaa@aikido.com.fr

11, rue Jules Vallès 75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22
Fax 01 43 48 87 91
Membre pour la France de la Fédération Internationale d'Aïkido



Nord
le Département



Stages privés en février-mars



Tout savoir sur les stages privés en février-mars, cliquez sur les liens :

- [29-fév, 10h-12h \(Waremme\) - 14h30-16h30 \(Oreye\), Stage privé, Arnaud WALTZ \(7e Dan\), Waremme \(B\) & Oreye \(B\)](#)
- [04-mars, 19h-21h, Stage privé kenjutsu-Kashima, Laurent HUYGHE \(5e Dan\), Calais](#)
- [14-mars, 9h30-11h30, Stage privé, Laurent HUYGHE \(5e Dan\), Éleu-dit-Leauwette](#)
- [14-mars, 10h-12h-15h-17h, Stage privé, Olivier BURY \(5e Dan\) et François VANEECLOO \(4e Dan\), Dunkerque](#)
- [22-mars, 10h-11h45, stage privé, Michel VANHOMWEGEN \(7e Dan\), Armentières](#)
- [25-mars, 20h-21h30, Stage privé, YASUNO Sensei, Valenciennes](#)
- [26-mars, 20h21h30, Stage privé, YASUNO Sensei, Escaudoeuvres \(3km de Cambrai\)](#)
- [28-mars, 10h-12 \(Waremme\) - 14h30-16h30 \(Oreye\), Stage privé, Arnaud WALTZ \(7e Dan\), Waremme \(B\) & Oreye \(B\)](#)
- [28-29-mars, sam. 10h-12h & 15h-17h ; dim.10h-12h & 14h30-16h30, Stage privé, YASUNO Sensei, Wasquehal](#)



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



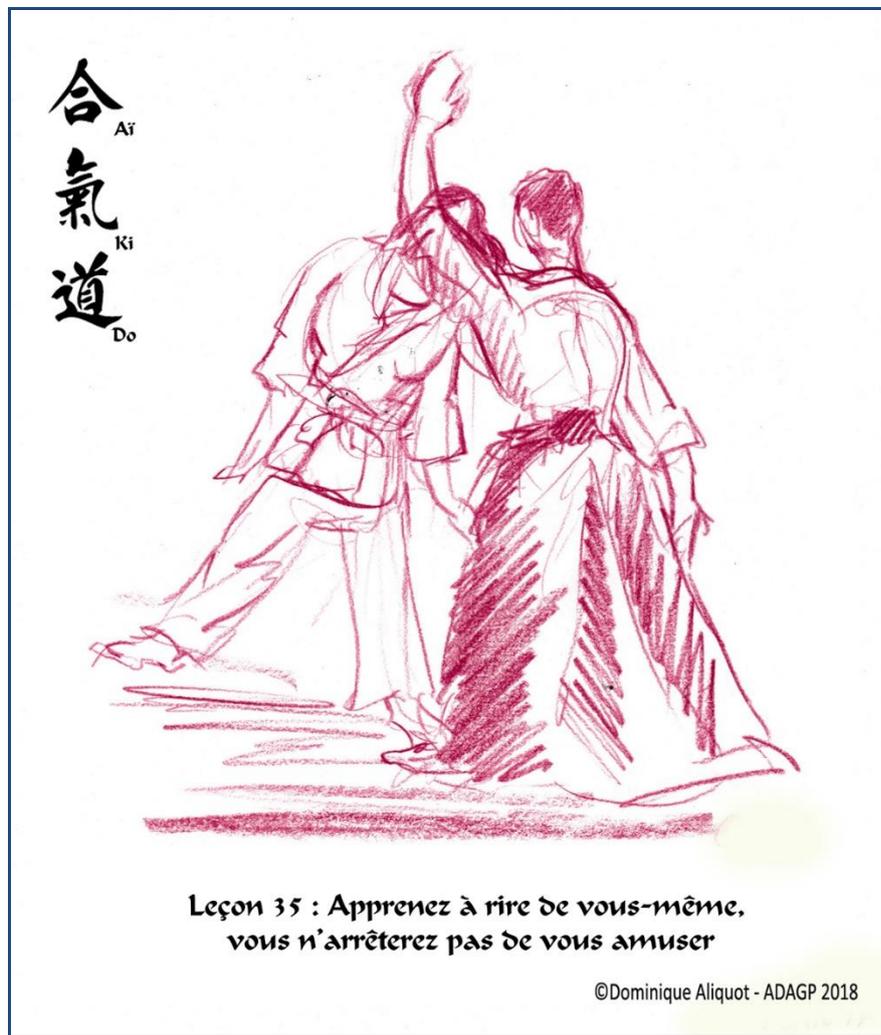
Ce panorama met à jour le calendrier des stages et événements de la saison 2019-2020, initiés par la ligue Hauts-de-France – CID Nord-Pas-de-Calais. Il est complété des informations qui nous sont fournies, en particulier en ce qui concerne les stages privés.

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

Février							
Sam.	29-fév	10h-12h (Waremme) - 14h30-16h30 (Oreya)	Stage privé	Arnaud WALTZ (7e Dan)	Waremme (B) & Oreya (B)		
Mars		mer.	04-mars	19h-21h	Stage privé kenjutsu- Kashima	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Calais
		sam.	07-mars	14h30-17h30	Stage C.I.D NPDC	Patrick BÉNÉZI (7e Dan)	Maubeuge
		dim.	08-mars	10h-12h	Stage C.I.D NPDC	Patrick BÉNÉZI (7e Dan)	Wasquehal
		Sam.	14-mars	9h30-11h30	Stage privé	Laurent HUYGHE (5e Dan)	Éleu-dit- Leauwette
		Sam.	14-mars	10h-12h-15h-17h	Stage privé	Olivier BURY (5e Dan) et François VANECCLOD (4e Dan)	Dunkerque
		Sam.	21-mars	14h30-17h30	Rencontre Enseignants	Philippe TRAMON (6e Dan)	Harnes
		dim.	22-mars	10h-11h45	stage privé	Michel VANHOMWEGEN (7e Dan)	Armentières
		Mer.	25-mars	20h-21h30	Stage privé	YASUNO Sensei	Valenciennes
		Jeu.	26-mars	20h21h30	Stage privé	YASUNO Sensei	Escaudoevres (3km de Cambrai)
		Sam.	28-mars	10h-12 (Waremme) - 14h30-16h30 (Oreya)	Stage privé	Arnaud WALTZ (7e Dan)	Waremme (B) & Oreya (B)
		jeu. & vend.	28-29-mars	sam. 10h-12h & 15h- 17h ; dim. 10h-12h & 14h30-16h30	Stage privé	YASUNO Sensei	Wasquehal
sam. Dim.	30 et 31 mars			Formation brevet fédéral			

Aïkido comics

Leçon 35 : Apprenez à rire de vous-même, vous n'arrêtez pas de vous amuser..



**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

