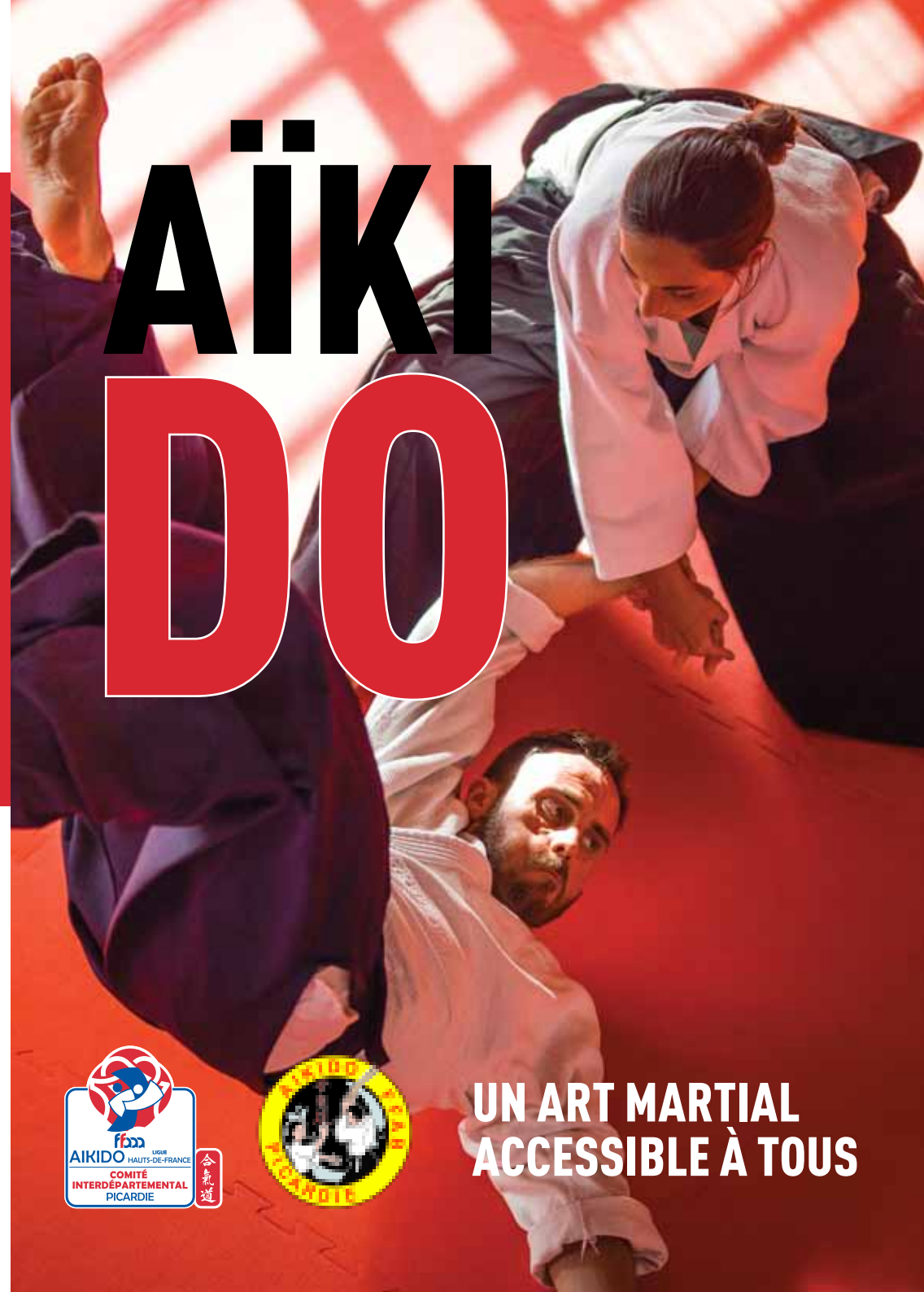




# AïKI DO

[www.aikido-picardie.com](http://www.aikido-picardie.com)

[www.aikido-XXXXXXX.fr](http://www.aikido-XXXXXXX.fr)



# AïKI DO



Retrouvez les comités et leurs clubs sur 



**UN ART MARTIAL  
ACCESSIBLE À TOUS**

# 合氣道



## UN ART MARTIAL ADAPTÉ AU MONDE MODERNE, UN ART DE VIVRE EN HARMONIE

Art martial d'origine japonaise, l'Aïkido regroupe des formes techniques de self-défense permettant de canaliser l'agressivité de l'attaquant tout en se préservant de celle-ci.

Ouvert à toutes et à tous, quel que soit l'âge et les capacités physiques, la pratique de l'Aïkido favorise concentration et maîtrise de soi et permet de retrouver confiance en soi.

### UNE PRATIQUE DE SANTÉ DU CORPS ET DE L'ESPRIT

Excluant toute compétition, l'Aïkido accroît et entretient les qualités physiques dans le respect des capacités de chacun.

### UN APPRENTISSAGE STIMULANT

L'apprentissage des techniques fait appel à l'observation visuelle. Il stimule la réflexion et la mémorisation. La pratique régulière développe les réflexes et l'équilibre propices à la coordination des mouvements et la maîtrise de son corps.

### UNE PRATIQUE RÉGULIÈRE DE L'AÏKIDO...

- met en éveil et renforce le système musculaire et articulaire ;
- développe et entretient le système cardiaque et vasculaire ;
- ainsi que les capacités respiratoires...

...TOUT AU LONG DE LA VIE !

## TOUS LES CLUBS EN PICARDIE

-  **AMIENS | AMIENS AIKIDO** | [contact@amiensaikido.fr](mailto:contact@amiensaikido.fr) | [www.amiensaikido.fr](http://www.amiensaikido.fr)
-  **AMIENS | CERCLE DES ARTS MARTIAUX** | **06 07 14 30 47** | [jphor@orange.fr](mailto:jphor@orange.fr) | [www.aikicam.com](http://www.aikicam.com) | **BEAUQUESNE | AIKIDO BEAUQUESNE** | **03 22 32 54 89** | [aikidobeauquesne@hotmail.fr](mailto:aikidobeauquesne@hotmail.fr) | [aikidobeauquesne.lescigales.org](http://aikidobeauquesne.lescigales.org)
-  **BRETEUIL | BRETEUIL AIKIDO CLUB** | **06 86 56 58 68** | [thierry.ivain4@orange.fr](mailto:thierry.ivain4@orange.fr) | [breteuil-aikido.jimdo.com](http://breteuil-aikido.jimdo.com)
-  **CHARLY-SUR-MARNE | AIKIDO JC DE L'OMOIS** | **06 86 70 69 95** | [aikidoclub.delomois@gmail.fr](mailto:aikidoclub.delomois@gmail.fr) | [felicetti.eric@hotmail.fr](mailto:felicetti.eric@hotmail.fr) | [aikidoclubdelomois.free.fr](http://aikidoclubdelomois.free.fr)
-  **COMPIÈGNE | AIKIDO COMPIEGNE** | **06 74 68 18 83** | [info@aikido-compiegne.fr](mailto:info@aikido-compiegne.fr) | [www.aikido-compiegne.fr/site2017](http://www.aikido-compiegne.fr/site2017)
-  **CREIL | HARMONIE ENERGIE AIKI DEVELOPPEMENT** | **06 87 44 86 13**
-  **CRÉPY-EN-VALOIS | AIKIDO CLUB CREPY EN VALOIS** | **06 84 05 24 29** | **06 98 58 36 18** | [cyrusscc@gmail.com](mailto:cyrusscc@gmail.com) | [lvppriz@hotmail.fr](mailto:lvppriz@hotmail.fr) | [www.aikidocrepyenvalois.fr](http://www.aikidocrepyenvalois.fr)
-  **CUFFIES | AIKIDO SHIZEN KAI CUFFIES** | **07 83 37 51 51** | **03 23 82 77 17** | [ask.aikido@laposte.net](mailto:ask.aikido@laposte.net) | [jean-claude.poiret@orange.fr](mailto:jean-claude.poiret@orange.fr)
-  **LAMORLAYE | ARTS MARTIAUX DES TROIS FORETS** | **06 51 19 27 67** | [chausse.ch@free.fr](mailto:chausse.ch@free.fr) | [www.judo-am3f.fr/aikido](http://www.judo-am3f.fr/aikido)
-  **LAON | AIKIDO SHIZEN KAI LAON** | **06 86 72 24 45** | [contact@aikido-laon.fr](mailto:contact@aikido-laon.fr) | [www.aikido-laon.fr](http://www.aikido-laon.fr)
-  **MARGNY-LÈS-COMPIÈGNE | AIKIDO METSUKU** | **06.22.19.45.96** | [aikido.metsuke@free.fr](mailto:aikido.metsuke@free.fr) | [www.facebook.com/aikido.metsuke](http://www.facebook.com/aikido.metsuke)
-  **MERLIEUX | FOYER RURAL GOSHIN RYU**
-  **MONTAGNY-EN-VEXIN | ASSOCIATION SPORTIVE DE MONTAGNY-EN-VEXIN** | **03 44 49 94 30** | [aikidomontagny@gmail.com](mailto:aikidomontagny@gmail.com) | [www.aikido-montagny.fr](http://www.aikido-montagny.fr)
-  **NOYON | AIKIKAI DE NOYON** | [www.aikido-noyon.fr](http://www.aikido-noyon.fr)
-  **PLACHY-BUYON | AIKIDO CLUB AMIENOIS** | **06 81 70 02 82** | [serge.agbo-sonan@ac-amiens.fr](mailto:serge.agbo-sonan@ac-amiens.fr)
-  **PROVISEUX & PLESNOY | ASD PROVISEUX ET PLESNOY** | **06 18 31 10 27** | [aikido.proviseux02@orange.fr](mailto:aikido.proviseux02@orange.fr) | [www.aikido-proviseux02.sitew.com](http://www.aikido-proviseux02.sitew.com)
-  **ROYE | ROYE AIKIDO JEUNES** | **09 53 18 58 48** | [royeaikidojeunes@free.fr](mailto:royeaikidojeunes@free.fr) | [royeaikidojeunes.free.fr](http://royeaikidojeunes.free.fr)
-  **SAINT-GRATIEN | AIKIDO SAINT GRATIEN** | **03 22 40 16 33** | [domimassias@wanadoo.fr](mailto:domimassias@wanadoo.fr) | [aikido-st-gratien.jimdo.com](http://aikido-st-gratien.jimdo.com)
-  **SAINT-LEU D'ESSERENT | AIKIDO MONTAIRE** | **07 77 80 19 37** | **06 80 25 73 35** | [aikido.acsl@outlook.com](mailto:aikido.acsl@outlook.com) | [cdias1@hotmail.fr](mailto:cdias1@hotmail.fr) | [aikidoclub.wix.com/stleu](http://aikidoclub.wix.com/stleu)
-  **SAINT-QUENTIN | AIKIDO RENSHU** | **03 23 67 21 38** | **06 14 59 39 97** | [clubrenshu02@gmail.com](mailto:clubrenshu02@gmail.com) | [jeanchristophe.foubert@gmail.com](mailto:jeanchristophe.foubert@gmail.com) | [www.facebook.com/clubaikido.renshu](http://www.facebook.com/clubaikido.renshu)
-  **SALEUX | E.D.A.M. ECOLE DES ARTS MARTIAUX** | [edam80@laposte.net](mailto:edam80@laposte.net) | [www.edam80.com](http://www.edam80.com)
-  **TRACY-LE-MONT | AÏKIDO DE LAIGUE** | **03 44 75 38 20** | **03 44 75 65 18** | [aikidodelaigue@laposte.net](mailto:aikidodelaigue@laposte.net) | [www.tracy-le-mont.org/associations-tracotines/aikido-de-laigue.xhtm](http://www.tracy-le-mont.org/associations-tracotines/aikido-de-laigue.xhtm)
-  **VILLERS BRETONNEUX | AIKIDO VILLERS BRETONNEUX** | **06 07 50 63 44**