



AÏKI CH'TI

Lettre d'information électronique

N°182

Septembre 2022

Éditorial

FFAAA dans les Hauts-de-France : Clap de quarantième !

Une nouvelle saison démarre sous les auspices d'un anniversaire, celui des **40 ans de notre Fédération**. Alors quoi de mieux pour nous retrouver que ce premier stage le dimanche 9 Octobre à Liévin animé par les membres de notre Comité technique régional et de notre D.F.R Philippe Tramon. L'occasion de mettre à l'honneur récipiendaires des derniers passages de grades et leurs enseignants lors de la remise des diplômes qui clôturera ce stage en présence, nous l'espérons des anciens membres actifs de la Ligue et du bureau actuel.

En conclusion un événement communautaire à ne manquer sous aucun prétexte.

C'est aussi pour nous l'occasion de lancer **le projet CQP en Région** dans la continuité des cycles de Brevets Fédéraux des dernières années. Toujours dans cet esprit de perfectionnement perpétuel de notre enseignement, la Ligue en collaboration avec notre Fédération envisage de mettre en place un cycle CQP sur nos Terres afin de la rendre la plus accessible possible. **N'hésitez donc pas à revenir vers notre DFR, vous trouverez bon nombre d'indications à ce sujet ci-dessous.**

Nous vous souhaitons une 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*

Table des matières

Éditorial	1
Stage spécial 40 ans de la FFAA dans les Hauts de-France le dimanche 9 octobre.....	3
CQP : Les inscriptions	4
CQP : <i>please, don't let you be misunderstood</i>	5
L'Aïkido et les enfants	6
Court documentaire sur le dernier séminaire Aiki Youth à Papendal aux Pays-Bas.....	7
La calendrier prévisionnel de la saison 2022-2023 est paru !.....	8
20 ans ! un souvenir que l'on chérira toute sa vie !.....	9
Un Koan de Yamaguchi Sensei, en passant.....	11
Japon et culture une association présente sur ille et sa banlieue pour apprendre le japonais, la calligraphie et bien d'autres choses.....	11
Échos des réseaux sociaux	12
Nipponeries Insolites.....	15
42. Le Hakama ne sert pas à cacher le mouvement des pieds	15
Aïki Ch'ti Mode d'emploi.....	16



Stage spécial 40 ans de la FFAA dans les Hauts de-France le dimanche 9 octobre



Stage de Ligue

SPECIAL

40 ANS



Akido-nordpasdecalais. Fr

Remise des diplômes de grades

Dimanche 9 octobre

De 9h30 à 12h

DOJO complexe Noël Josèphe,
rue du Souich 62800 LIÉVIN (F)

P.A.F. : 10€

*Stage validant pour les passages de grade,
Prière d'apporter vos armes, Licence de saison
obligatoire*

Contact : 06.81.58.13.06

Aïkido

CID NORD-
PAS-DE-CALAIS

©Photo: Veronique Bas-Ju 2019



62 Pas-de-Calais
Le Département

Animé par les membres du CTR
Sous la direction de Philippe
TRAMON (DFR)



CQP : Les inscriptions



Bonjour,

J'espère que vous allez bien en cette période de reprise.

Vous avez passé le Brevet fédéral il y a quelques années et vous souhaitez vous perfectionner sur le plan pédagogique.

La formation pour le CQP réponds à vos attentes et peut vous permettre d'obtenir un diplôme supérieur. Nous souhaitons pouvoir l'organiser dans notre région sur deux saisons pour faciliter l'accessibilité, diminuer les coûts, et prendre le temps de se former.



Après renseignements auprès de la fédération et pour des raisons administratives et d'organisation, le déroulement de la formation dans notre région se fera de la façon suivante :

1 - En premier, les candidat(e)s doivent me faire connaître leur souhait de faire la formation en précisant leur parcours depuis l'obtention du Brevet Fédéral. Si le nombre est suffisant (entre 12 et 18), la formation pourra avoir lieu.

Vous pouvez me contacter au courriel suivant : philippe.tramon@orange.fr

2 - Remplir le dossier d'inscription.

3 - Un entretien de positionnement permettra d'évaluer l'allègement de formation possible pour chaque candidat(e).

4 - Les stages de formation pourront commencer.

Je vous invite à lire les informations sur le site fédéral.

Je reste disponible pour tout renseignement complémentaire.

Amicalement

Philippe TRAMON
DFR Hauts-de-France

À noter :

- 1. Les inscriptions à la formation CQP MAM en région seront prises en région en suivant la procédure expliquée ci-dessus.**
- 2. Pour l'heure, la date limite des inscriptions pour celle-ci n'est pas fixée.**
- 3. En revanche, les inscriptions pour l'obtention du CQP MAM par VAE (validation des acquis de l'expérience) ne sont prises qu'au niveau national auprès de la fédération.**

4. Les informations suivantes concernent les inscriptions à la formation CQP-MAM au niveau national et sont données pour information

NE PAS RÉPONDRE À CE MAIL !
Pour contacter la Fédération : ffaa@aikido.com.fr



Inscription formation CQP MAM

Après une année perturbée par la COVID 19 et l'attente du renouvellement du CQP « Moniteur d'Arts Martiaux » par [France Compétences](#), une formation CQP MAM option Aïkido, Aïkibudo et disciplines associées sera mise en place cette année par la FFAA. Il est possible de s'inscrire dès à présent. **ATTENTION, date limite d'inscription au niveau national : 30 septembre 2022.**

- Tous les renseignements sur le site de l'Institut de la formation FFAA : <https://institut.ffa.com/formations/formation-nationale-cqp/>
- Le dossier d'inscription : <https://institut.ffa.com/wp-content/uploads/2022/08/cqp-inscription-positionnement-2022-2023.pdf>

Se former à l'enseignement est un enjeu majeur pour l'avenir de nos disciplines. Cette formation est ouverte à **toutes les disciplines** de la FFAA. Le CQP MAM peut également être obtenu par la VAE (Validation des Acquis de l'Expérience) : <https://institut.ffa.com/vae/>.

Retrouver cette information sur le site fédéral :

<https://aikido.com.fr/uncategorized/inscriptions-cqp-mam/>



CQP : please, don't let you be misunderstood



Concernant le CQP, il semble y avoir une mauvaise compréhension de certains termes comme : Inscription, Sélection, Positionnement. Prenons-les à l'envers.

- **Le positionnement** n'est pas la sélection. Le positionnement fait partie de la formation. Le positionnement sert à déterminer s'il y aura ou pas des allègements de formations et/ou de stage.

Rappelons que le volume horaire complet de la formation CQP est de 205 heures (5 h positionnement, 150 h formation, 50 stages). Ces allègements sont décidés en fonction des expériences passés des stagiaires.

- **Une sélection** n'interviendrait que si le nombre limite (18) de stagiaires était dépassé. En dessous de ce nombre, toute personne inscrite passera par le positionnement. La sélection se déroule donc avant le positionnement. Dans ce cas, un entretien avec chaque personne inscrite (par visio-conférence) aura lieu avec pour critères :
- Son parcours personnel, professionnel et sportif ;
 - Son projet par rapport au CQP MAM (Perspectives à court, moyen et long terme ainsi que les attentes de la formation) ;
 - Sa motivation.
- **L'inscription**, c'est l'inscription et la date limite est le 30 septembre.

Les Actus
de la
formation
FFAAA

<https://www.facebook.com/groups/502388487216013/>



L'Aïkido et les enfants



L'Aïkido, un art martial pour accompagner le développement harmonieux de votre enfant.
L'Aïkido a hérité des samourais les vertus traditionnelles des arts martiaux comme le respect, la bienveillance, la sincérité etc. auxquelles le fondateur Ô Sensei a rajouté l'harmonie, pour en faire une discipline de Paix.

Pratique sportive sans compétition, l'Aïkido n'invite pas l'enfant à être le plus performant ni le meilleur mais à simplement s'engager sur une voie de progrès personnel et à expérimenter des situations. La pratique de l'Aïkido contribue directement au développement de l'enfant car elle regroupe de manière cohérente et indissociable 4 grands axes d'enrichissement qui les préparent pour la vie tout en restant dans un environnement ludique :

- **Les valeurs** : comme le respect de l'autre et de soi-même, la bienveillance et l'engagement
- **Le civisme** : la pratique est mixte et mélange des gabarits et des morphologies différentes ainsi que des âges différents. Les enfants sont toutefois regroupés par grandes classes d'âge pour adapter l'enseignement à leurs aptitudes. Pas de partenaire attiré : on s'adapte à celui ou celle avec lequel on va effectuer une technique. Ce qui permet de découvrir, comme dans la vie de tous les jours, que l'on développe des affinités avec certaines personnes plus facilement qu'avec d'autres et qu'il faut apprendre à gérer cela et à collaborer y compris quand le courant passe moins bien !
- **Les compétences personnelles** : respect d'une consigne et développement des capacités d'écoute et de mémorisation lorsque le professeur montre une technique. Ce qui développe à la fois la concentration et la persévérance car on n'y arrive pas forcément du premier coup. Mais quel plaisir de réussir et quel apprentissage de la confiance en soi !
- **Le développement physique** : découvrir et mieux connaître son corps. Les techniques pratiquées alternativement à droite et à gauche contribuent fortement à la latéralisation des plus jeunes, tandis que les gestes associant pieds et mains aident à une bonne

coordination. Les immobilisations et les chutes apprennent à respecter l'intégrité de son propre corps et celle du partenaire tout en «testant» les limites de ce corps
L'Aïkido constitue une discipline originale, qui attire tous les ans de nombreux enfants dont les parents recherchent un espace d'épanouissement qui associe l'activité physique sans les contraintes de la compétition.



1. Discipline et étiquette sont fondamentales dans la pratique de l'Aïkido.
2. l'aïkido développe la coordination corps-esprit.
3. l'aïkido n'est pas un moyen d'offenser ou de nuire.
4. l'aïkido améliore la capacité de concentration.
5. La pratique de l'aïkido c'est s'amuser avec de nouveaux amis.
6. l'aïkido enseigne la confiance en soi et dans les autres.
7. l'aïkido développe le sens de la responsabilité et de la solidarité.

<http://www.budobooks.eu/store/en/aikido/10-earning-aikido.html>



International
Aikido
Federation

Court documentaire sur le
dernier séminaire Aiki
Youth à Papendal aux
Pays-Bas



une expérience très enrichissante...



<https://www.facebook.com/100002729858978/videos/604397644669435/>



La calendrier prévisionnel de la saison
2022-2023 est paru !

=Télécharger et imprimer : http://aikido-nordpasdecals.fr/wp-content/uploads/2022/09/Calendrier_saison_-2022-2023.pdf



Mise à jour

Calendrier des stages 2022-2023						
Mis à jour	20/09/2022					
Octobre	dim.	09-oct	9h30-12h	Stage Ligue spécial 40 ans	Philippe TrRAMON et les Membres du CTR	Liévin
	dim.	16-oct	9h30-11h30	Stage privé	Bruno ZANOTTI Shihan	Liévin
	sam.-dim.	22-23-oct	Stage privé		Yamada Sensei	Bruxelles
		24-30-oct		Embukai		Tokyo
	sam.-dim.	29-30-oct	Stage privé		Michel ERB Shihan	Marcq-en-Baroeul
Novembre	sam.	19-nov	14h30-17h30	Préparation Dan et rencontre Enseignants	Philippe TRAMON (6° Dan) et les membres du collège technique régional	à déterminer
Décembre	dim.	04-déc	9h30-11h30	Stage privé	Bruno ZANOTTI Shihan	Liévin
	sam.	10-déc	14h-17h	Stage Ligue	Luc MATHEVET (7e Dan)	Maubeuge
	dim.	11-déc	9h30-12h	Stage Ligue	Luc MATHEVET (7e Dan)	à déterminer
	sam.	17-déc	14h-18h	Petits Samourais de Noël		
Janvier	sam.	07-janv	14h30-17h30	Stage Ligue Armes	Patrick BENEZI Shihan	à déterminer
	dim.	08-janv	10h-12h	Rencontre enseignants Armes	Patrick BENEZI Shihan	Ronchin
	dim.	22-janv	10h-13h15	Stage privé	Michel ERB Shihan	Marcq-en-Baroeul

STAGE
ZANOTTI
SHIHAN
16 OCTOBRE
LIEVIN

9H30 - 11H30 15€

06 61 45 65 15
HALLE VÉZILIER, RUE DESCARTES
62800 LIÉVIN

MICHEL ERB SHIHAN
7.Dan U.F.A.
Professeur D.E.S.J.E.P.S
D.F.R et représentant du
Collège Technique National
de la F.F.A.A.A

STAGE D'AIKIDO
MARCO-EN-BAROEUL
29 et 30 OCTOBRE 2022

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

PARTICIPATION
25.- Euros (1 jour)
40.- Euros (2 jour)

HORAIRES
Samedi 14h30 - 17h45
Dimanche 10h00 - 13h15

INFORMATIONS
www.marcqaikido.com
+33.6.10.11.66.47
www.michelerb.com



20 ans ! un souvenir que l'on chérira
toute sa vie !



Le 10 septembre a eu lieu une rencontre historique pour le club Aïkidojo Lille réunissant dans un même stage, autour de son enseignant actuel Emmanuel BACART, les personnalités qui ont façonné son existence : Bruno LAMBLIN qui l'a créé voici 20 ans, revenu des Philippines pour l'occasion, Bertrand HERBINET son ancien président, remonté d'Aix-en-Provence où il a désormais ses quartiers et Cosmina TARTIU. Au total, une trentaine de participants dont certains des clubs voisins (Armentières, Marcq-en-Baroeul) et, naturellement, notre président de Ligue François PENIN.



Photos souvenirs à l'occasion de l'anniversaire du club d'aïkido de lille qui a eu lieu ce samedi 10 septembre. Encore un grand moment de partage.

Félicitations au club mais aussi au Sensei Bruno LAMBLIN, créateur de l'Aïkidojo Lille .

Merci à Dylan MARIS pour le reportage photo !.

L'Aïki Dojo de Lille fête ses vingt ans

WAZEMMES. L'aïkido est un art martial aux techniques particulières permettant de préserver l'intégrité de l'adversaire. Il s'apparente au self-défense. C'est le principe de non-violence qui prédomine. Fondé en 2002 par Bruno Lamblin (5^e dan) et Bertrand Herbinet (4^e dan), l'Aïki Dojo de Lille fête ses vingt ans, sous la présidence d'Anthony Plomion.

Affilié à la FFAAA, le club mixte accueille des membres de 16 à

65 ans.

Les débutants sont les bienvenus (deux séances d'essai offertes). Deux pratiques y sont enseignées par Emmanuel Bacart, titulaire d'un brevet fédéral (3^e dan) : à mains nues et avec arme, bâton (jo), sabre (ken) et couteau (tanto).

Vêtu du Keikogi, l'aïkidoka apprend à utiliser la force et l'énergie de son assaillant en la retournant contre ce dernier. Il s'agit de décourager son adver-



Emmanuel Bacart, Bruno Lamblin
et Bertrand Herbinet (de g. à dr.).

saire et non de le détruire. ■
C.D.-C. (CLP)

Aïki Dojo, 85, rue des Stations, Lille.

Mardi et jeudi, de 20 h 30 à 22 h.

Cotisation annuelle : 90 €.

Tél. : 06 37 34 71 99. www.aikidojolille.fr





Un Koan de Yamaguchi Sensei, en passant

« **Bouge** même quand ils te serrent fort. Commence en douceur, toujours en mouvement quelque part. Peu importe à quel point ils t'attrapent fort. Bouge comme si tu marchais, doucement, c'est bien. Autrement dit, complètement libre.

Ton mouvement coule de telle sorte que la ligne de l'épée puisse toujours suivre son cours. Comme dans les vieilles histoires de guerriers dont le travail de l'épée était très fluide. Dans ce sens, fluide mais ferme, doux et pourtant puissant.



Budo est rempli de ces concepts si opposés. Mouvement dans le calme, calme dans le mouvement. En mouvement mais immuable. On dirait des koans zen, mais grâce à l'expérience avec notre corps, nous pouvons obtenir une compréhension claire de ces idées. Nous forgeons le corps et l'esprit au lieu d'apprendre simplement des techniques.

Nous avons obtenu cela grâce à une « bonne pratique » et à une formation. Alors peu importe où et comment ils nous attaquent. Attraper ou se faire attraper, attaquer et recevoir, c'est la même chose. »

Yamaguchi sensei

Japon et culture une association présente sur ille et sa banlieue pour apprendre le japonais, la calligraphie et bien d'autres choses

JAPON & CULTURE
Association
Japon et Culture
日本文化協会

Cours de Japonais
présentiel
Niveau 1 à 3 (CECL : A1-C1)

Portes ouvertes en septembre !!
Tous les samedis matin de 10h à 12h, au local de l'association et dans le respect des gestes barrières !

Nouveau !
Cours de japonais distanciel
Niveau 1 à 4 (CECL : A1-B1)

Cours de Kanji

Cours de Calligraphie

Lieux des cours à Lille :

- ▶ Le local de l'association
32 rue Boucher de Perthes
- ▶ La mairie de quartier Centre
31 Rue des Fossés
- ▶ L'espace Pignon aux Bois-Blancs
11 rue Guillaume Tell

Plus de détails sur : www.japon-culture.com
Contactez-nous : contact@japon-culture.com



Échos des réseaux sociaux



Vos actualités en vignettes sur le site du CID Nord-Pas-de-Calais : <http://aikido-nordpasdecalais.fr/>

Note : notre lettre se fait l'écho de ce qui est posté sur Facebook par nos clubs. Or tous nos clubs ne publient pas sur Facebook. C'est pourquoi nous demandons aux clubs qui souhaitent nous faire part d'une actualité digne d'intérêt, de nous adresser ces éléments d'information à l'adresse suivante :

aikido.ligue.npdc@gmail.com





<https://fb.watch/fBKoJBviiN/>

Une vidéo de démonstration parmi d'autres nombreuses (Valenciennes, Caudry, Wallers etc...)



LA VOIX DU NORD

PONT-A-MARCO

Interview de **Louis DUSSART** du club de Pont-à-Marco

VILLE DE PONT-A-MARCO

Nord

16 Villeneuve-Seclin et la métropole LA VOIX DU NORD SAMEDI 10 SEPTEMBRE 2022

Pourquoi l'aïkido peut séduire les seniors

En partenariat avec l'UFCV de Bouvines, la commune propose tous les mardis matin des cours d'aïkido réservés aux plus de 60 ans. Un art martial totalement adapté aux seniors, selon Louis Dussart, 84 ans, qui assure les cours.

SAINGHIN-EN-MÉLANTOIS.

« Vous avez organisé des portes ouvertes et mardi qui lancent l'activité. Quel en est le principe ? »
« Nous proposons ces cours une fois par semaine. L'UFCV de Bouvines, qui a un partenariat avec quatre communes, dont Sainghin, m'a demandé d'animer ces séances à destination des seniors. Je suis moi-même Sainghinois, fondateur et président du club d'aïkido de Pont-à-Marco depuis 11 ans, et référent pour la pratique des seniors au niveau de la fédération nationale. Je pratique cette discipline depuis 38 ans et l'enseigne depuis 18 ans. »

« En quoi l'aïkido peut-il être adapté aux seniors ? »
« Avec l'âge, je m'aperçois que mon équilibre n'est plus ce qu'il était, il est vrai que je suis équipé d'une pebble de genou. J'ai conscience que le public senior est très divers mais je suis persuadé qu'on peut continuer à s'entretenir via un aïkido adapté. C'est un art qui renforce l'attention, la concentration et les perceptions sensorielles. Il améliore la posture, l'appui, le sens de l'équilibre et la coordination des gestes, ainsi que la vigilance et les réflexes. L'aïkido apprend aussi à aller au sol et à se relever. C'est aussi une discipline qui est basée sur la non-opposition. Il n'y a pas de compétition, on vise la mise en harmonie avec l'adversaire. Plus globalement, c'est un moyen de contact et d'ouverture aux autres. »

« J'aime à répéter que l'aïkido ne s'apprend pas, il se révèle au fil du temps. »

« Comment peut-on participer aux cours ? »
« Ils ont lieu tous les mardis au dojo du complexe sportif de Sainghin, de 10h30 à 12h. Pour y participer, il faut prendre son aïkido aux ateliers de l'UFCV qui coûte moins de 40 €. Comme j'ai été assesseur dans ma vie professionnelle, je tiens à ce que les participants prennent également leur licence auprès de la Fédération Française d'Aïkido qui s'élève à 17 € par an. J'aime à répéter que l'aïkido ne s'apprend pas, il se révèle au fil du temps. »

« Bien Être »

Louis Dussart, 84 ans, anime ces ateliers seniors. Il est également le président du club d'aïkido de Pont-à-Marco qu'il a fondé en 1989.

Voix du Nord du 10 septembre 2022

Nipponeries Insolites

Pas besoin de parcourir la Route de la Soie pour que le Japon vienne à soi. Il est partout et, pour nous qui faisons de l'aïkido, il nous est familier. Vraiment ? Vous croyez ? Peut-être bien et peut-être pas ! Cette nouvelle rubrique sans prétention aucune se veut ludique et instructive, elle portera tant sur les coutumes, la culture que la civilisation japonaise et se veut éclectique en diable. Elle interrogera notre rapport à ce pays du Soleil levant que nous chérissons sans toujours bien le connaître. Elle s'appuie sur des informations trouvées ici ou là au petit bonheur la chance, parfois des brouilles ou des anecdotes, parfois des découvertes scientifiques. Elle lève pour vous des lièvres et agrmente ses propos de « pour en savoir plus » pour les plus curieux d'entre vous ! Bonne lecture !!!

Par Dominique Aliquot

42. Le Hakama ne sert pas à cacher le mouvement des pieds

Est-ce donc une « légende urbaine » ? Il semble bien que oui. C'est le site de Seido qui nous dessille les yeux sur cette doxa qui court les tatami, et particulièrement ceux où l'on pratique l'aïkido.

En Occident pour les filles, on a connu la jupe couvrant les talons, puis celle qui tombait amplement en dessous du genou, et puis celle qui arrivait juste au-dessus du genou, et cela de plus en plus haut...était-il imaginable que la mode ait pu affecter le port du Hakama à l'instar de la jupe pour les filles ? Il semble bien que oui. Un article très complet sur la question signé Jordy DELAGE...

« Le Hakama servirait à cacher le mouvement des pieds dans la pratique des arts martiaux, et dans l'Aïkido en particulier ?

C'est une explication si courante qu'elle en est presque devenue une vérité pour la quasi-totalité des pratiquants. Malheureusement, celle-ci est fautive, et cela se démontre très aisément lorsqu'on regarde l'histoire de ce vêtement, la manière dont il était porté par les combattants ainsi que la manière dont il est toujours porté aujourd'hui au Japon. »



Reconstitution d'une cérémonie de l'époque Kamakura – le Kagamibiraki (2017)

Et Jordy DELAGE de détailler l'affaire en 5 points :

- Le Hakama : Simple vêtement d'habillement de la noblesse
- Le Hakama, une affaire de samouraï ?
- Le sens du Hakama chez les samouraïs

- Technique du port du Hakama – Montrer ses pieds
- Qu'en est-il de nos jours ? Cache-t-on les déplacements ?

Encore un tabou qui tombe !

Source : *Seidoshop - site officiel, le blog*

Pour en savoir plus : <https://www.seidoshop.fr/blogs/the-seido-blog/43-le-hakama-ne-sert-pas-a-cacher-le-mouvement-des-pieds>

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°182*
- ❖ Retrouver tous les numéros d'*Aïki Ch'ti* cliquez sur ce lien : <http://aikido-nordpasdecalais.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 !

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



•