



## ***AÏKI CH'TI***

***N°242***

*août 2025*

### Éditorial

## ***Dernières cartouches avant la reprise !***

C'

est l'été ! Et la chanson « Je suis un soir d'été » de Jacques Brel nous hante :

« [...]La chaleur se vertèbre  
Il fleuve des ivresses  
L'été a ses grand-messes  
Et la nuit les célèbre [...] »

Certes, on ne peut mieux dire d'un temps de lâcher-prise et de canicule : si la plupart de nos clubs font relâche -parfois en fêtant collectivement et dignement l'événement-- certains fourbissent déjà leurs armes de communication pour une rentrée prodigue en nouvelles recrues. Quant à La chaleur, elle plombe les Hauts-de-France et voisine aujourd'hui les 32-34 degrés !

Mais alors pourquoi évoquer « les grand messes » de l'été ? c'est qu'il faut compter les World Games 2025 qui se tiennent à Chengu et où l'aïkido est bien représenté !

Et puis l'été, période de trêve, est aussi propice à la réflexion. Deux sollicitations vous sont proposées l'une en guise de parabole sur l'art, notion présente dans le nom même de notre discipline, et l'autre sous la forme d'un dessin humoristique portant sur la Voie de l'Aïkido.

Enfin vous constatez que le calendrier des stages commence à se remplir. Alors à vos agendas !

Bonne lecture à toutes et à tous.

***François PENIN***  
*Président de la Ligue des Hauts-de-France – FFAAA*



## Table des matières

Informations FFAAA .....	3
The World Games 2025 du 7 au 17 août à Chengdu .....	3
Le 14 septembre 2025, ne manquez pas la 1 <sup>re</sup> édition de la Fête nationale du sport ! .....	4
Trêve plaisante (2 <sup>e</sup> épisode) : Conseils pour une pratique artistique .....	5
Vu sur Facebook : panorama de la progression en Aïkido.....	6
Le coin du vidéaste .....	7
Naginanata jutsu Démonstration : Daisuke Akabane sensei & Yoko Wakaso sensei Shunpukan.....	7
Tenshin Ryu Hyoho .....	7
<a href="https://www.facebook.com/reel/1483354929768625">https://www.facebook.com/reel/1483354929768625</a> .....	7
43e démonstration de Nippon Kobudo à Asakusa 2025 .....	7
素振り Suburi.....	7
Calendrier prévisionnel de la saison 2025-2026.....	8
Echos des réseaux sociaux.....	10
Nipponeries Insolites.....	12
102 – Tako Tsubo et le syndrome du cœur brisé .....	12



## The World Games 2025 du 7 au 17 août à Chengdu

*L'Aïkido n'est pas représenté aux Jeux olympiques pour des raisons évidentes : art martial vs sport, pas de compétition, etc. Pourtant, à l'instar de nombreuses disciplines, sportives ou non, mettant en avant les capacités infinies du corps humain, l'Aïkido mérite une place d'honneur. Les jeux mondiaux offrent une vitrine alternative aux Jeux olympiques en invitant l'Aïkido à se produire et démontrer tout l'intérêt de notre pratique.*



L'Aïkido, art martial fondé sur la recherche d'harmonie, sera à l'honneur lors des [World Games 2025](https://www.theworldgames.org/) à Chengdu. Intégré au programme des démonstrations officielles, il témoigne d'une reconnaissance renouvelée pour cette discipline japonaise non compétitive, tournée vers la maîtrise de soi et la coopération plutôt que la confrontation.

Portée par la Fédération Internationale d'Aïkido (IAF), la délégation réunira 31 pratiquants issus de 14 pays, illustrant la diversité et l'ouverture internationale de l'Aïkido. Deux enseignants de renommée accompagneront cet événement :



Patrick Bénézi Shihan



Eiji Katsurada Shihan (crédit Fundatia Romana de Aikido)

**Patrick Bénézi Shihan**, 7e dan, figure majeure de l'Aïkido en France et en Europe,

**Eiji Katsurada Shihan**, 7e dan, représentant du Hombu Dojo et de la tradition japonaise.

Leur expérience et leur engagement guideront les démonstrations, pensées comme un temps fort pour faire découvrir la richesse technique et la dimension humaine de cet art martial. Discipline sans compétition, l'Aïkido s'y présentera comme une voie de respect mutuel, de maîtrise personnelle et d'ouverture à l'autre. Au-delà de la démonstration, c'est une invitation à découvrir une pratique empreinte de sens, à la croisée des cultures et des valeurs humaines.

<https://www.theworldgames.org/sports/Aikido-47>

Pour en savoir plus rendez-vous sur : <https://www.facebook.com/InternationalAikidoFederation>



Patrick Bénézi lors de la démonstration aux jeux mondiaux 2025

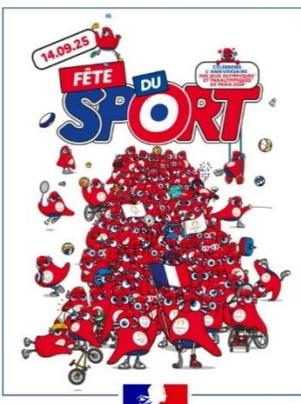


<https://www.facebook.com/watch?v=1944052403098989>

*Sur la #RoadToChengdu pour #TheWorldGames, nous sommes honorés de mettre en avant une figure respectée dans le monde de l'aïkido : Patrick Bénézi Shihan 7 Dan Aikikai. FR. Bénézi Shihan apporte des décennies d'expérience, une connaissance technique approfondie et un engagement à partager les valeurs de cet art avec les pratiquants du monde entier.*

**À noter sur vos agendas : Patrick nous fera le plaisir de revenir dispenser ses précieux conseils lors d'un stage Armes et travail à mains nues le 17 janvier 2026 à Maubeuge et 18 à Ronchin.**

### **Le 14 septembre 2025, ne manquez pas la 1<sup>re</sup> édition de la Fête nationale du sport !**



Portée par le Ministère des Sports et le CNOSE, cette journée célèbre la pratique sportive et prolonge l'élan des Jeux de Paris 2024. Partout en France, le sport sera à l'honneur autour de valeurs fortes : inclusion, partage, bien-être physique et mental, plaisir de bouger.

Vous souhaitez vous impliquer ? Vous avez jusqu'au 7 septembre 2025 pour proposer un événement et ainsi devenir acteur de cette dynamique nationale ! Bénéficiez d'une visibilité renforcée, de supports de communication dédiés et contribuez à faire rayonner les bienfaits du sport partout sur le territoire !

Rendez-vous sur le site de la Fédération pour lire l'article :

<https://aikido.com.fr/fete-du-sport-14-septembre-2025/>

Plus d'informations sur : <https://www.sports.gouv.fr/fete-du-sport-labellisez-vos-evenements-9813>

Formulaire Hauts de France pour labelliser votre événement : <https://form.jotform.com/251532522343347>

*C'est l'été ! Profitez de ce moment de trêve estivale pour prendre un peu de recul et méditer sur notre pratique, sur l'art qui la définit :*

## Trêve plaisante (2<sup>e</sup> épisode) : Conseils pour une pratique artistique

*Nous vous proposons aujourd'hui un petit détour par une anecdote en forme de lettre. Elle relate la seule réponse obtenue par des élèves qui qu'émandaient des conseils à des artistes. Elle émane de Kurt Vonnegut, écrivain, et si le pratique de l'écrivain vous semble éloignée de celle qui nous réunit, vous conviendrez qu'elle nous donne au moins un merveilleux terrain de réflexion et qu'à la liste des pratiques artistiques évoquées par Kurt, on aurait pu ajouter sans ciller : l'Aïkido.*

En 2006, un professeur d'anglais d'un lycée a demandé à ses élèves d'écrire à un auteur célèbre pour lui demander des conseils. Kurt Vonnegut fut le seul à répondre — et sa réponse est magnifique :

« Chers élèves du lycée Xavier,  
Chère Mme Lockwood,  
Et Messieurs Perin, McFeely, Batten, Maurer et Congiusta,

Je vous remercie pour vos lettres si chaleureuses. Vous savez vraiment comment remonter le moral d'un vieux bonhomme (84 ans) dans ses années crépusculaires. Je ne fais plus d'apparitions publiques car je ressemble désormais plus à un iguane qu'à un être humain.

Ce que j'ai à vous dire, en plus, ne prendrait pas longtemps. Le voici :

Pratiquez un art. Musique, chant, danse, théâtre, dessin, peinture, sculpture, poésie, fiction, essais, journalisme — peu importe que ce soit bien ou mal fait — ne le faites pas pour l'argent ou la gloire, mais pour vivre un processus de transformation, pour découvrir ce que vous avez en vous, pour faire grandir votre âme.

Sérieusement ! Commencez dès maintenant, faites de l'art, et continuez pour le reste de votre vie.

Faites un dessin rigolo ou joli de Mme Lockwood et offrez-le-lui.

Dancez en rentrant chez vous après l'école.

Chantez sous la douche, et encore, et encore.

Faites un visage dans votre purée.

Faites semblant d'être le comte Dracula.

Voici un devoir pour ce soir — et j'espère que Mme Lockwood vous collera une mauvaise note si vous ne le faites pas :

Écrivez un poème de six vers, sur n'importe quel sujet, mais avec des rimes. Pas de tricherie, pas de tennis sans filet. Faites-le du mieux que vous pouvez.

Mais ne le montrez à personne. Ne le récitez à personne, ni votre petite amie, ni vos parents, ni même Mme Lockwood. D'accord ?

Ensuite, déchirez-le en tout petits morceaux et jetez-les dans des poubelles différentes et éloignées.

Vous verrez que vous aurez déjà été glorieusement récompensés pour votre poème.

Vous aurez expérimenté le devenir, découvert un peu plus ce que vous portez en vous, et vous aurez fait grandir votre âme.

Que Dieu vous bénisse tous !

**Kurt Vonnegut**

## Kurt Vonnegut



Kurt Vonnegut (1922-2007) était un écrivain américain reconnu pour ses romans satiriques mêlant science-fiction, humour noir et critique sociale. Né à Indianapolis, il a vécu une expérience marquante pendant la Seconde Guerre mondiale, notamment la destruction de Dresde, qui a profondément influencé son œuvre, notamment dans **Slaughterhouse-Five**.

Il a débuté sa carrière littéraire dans les années 1950 avec des romans comme **Player Piano** et **The Sirens of Titan**, où il explorait des thèmes liés à la technologie et à l'avenir. Son style unique se caractérise par des longues phrases, peu de ponctuation, et une narration souvent non linéaire.

Ses œuvres majeures incluent :

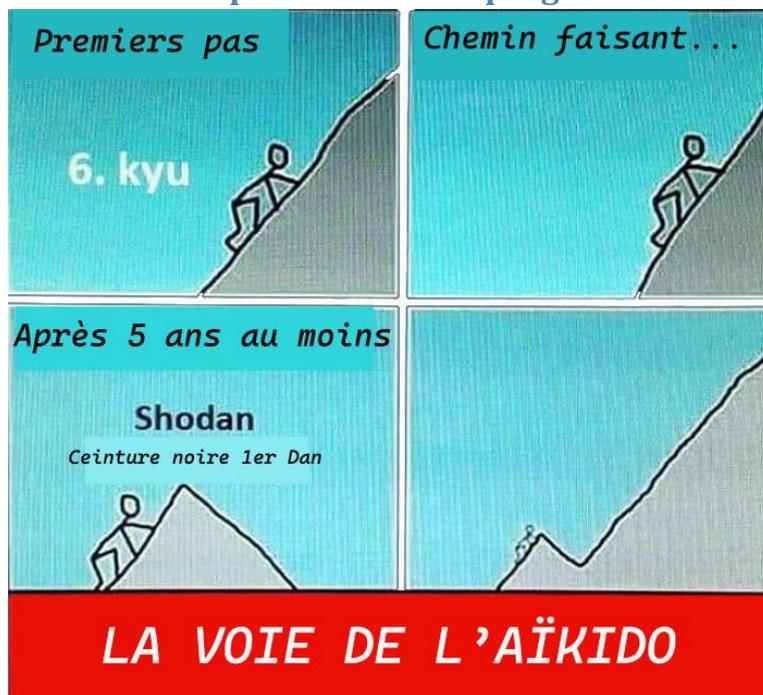
- **Cat's Cradle** (1963), introduisant la religion fictive des Bokomonistes et un agent destructeur appelé le "Soufre".
- **Slaughterhouse-Five** (1969), considéré comme un classique moderne, qui dénonce la guerre à travers l'histoire de Billy Pilgrim,

survivant de Dresde.

- **Breakfast of Champions** (1973), mêlant satire de la société américaine et éléments de science-fiction.

Vonnegut a également écrit des essais, des pièces de théâtre, et des collections de nouvelles. Il a été élu membre de l'Académie des arts et des sciences en 1973, et en 2010, un musée lui a été dédié à Indianapolis. Son œuvre continue d'influencer la littérature et la culture contemporaine.

## Vu sur Facebook : panorama de la progression en Aïkido



*Autre matière à réflexion : ce dessin montre avec pertinence et humour l'impression que donne la progression en aikido du 6<sup>e</sup> Kyu au Shodan... et après !... Reste qu'il pose une vraie question : à quoi correspond le creux de la progression située juste derrière le shodan ?*

## Le coin du vidéaste

### Naginata jutsu Démonstration : Daisuke Akabane sensei & Yoko Wakaso sensei Shunpukan



<https://www.facebook.com/watch?v=9744850808953442>

Tendo-ryu Naginatajutsu

<https://vimeo.com/ondemand/kmr1d>

Le Naginata est souvent considéré comme une arme réservée aux femmes. Mais à l'origine, elle était utilisée comme l'arme la plus puissante sur les champs de bataille. Parce que la Naginata est longue et lourde, elle doit être maniée avec des mouvements corporels précis et, par conséquent, son fonctionnement corporel particulier peut être adopté dans tous les types de Bujutsu. Récemment, le Naginata a attiré de nombreux fans dans le monde entier.

### Tenshin Ryu Hyoho



<https://www.facebook.com/reel/1483354929768625>

### 43e démonstration de Nippon Kobudo à Asakusa 2025



<https://www.facebook.com/budojapan.tokyo/videos/1066876108716144>

Les arts martiaux japonais Aikido, Karaté, Judo, Jujutsu, Kenjutsu, Budo traditionnel et Bujutsu sont profondément liés à la culture. Nous espérons que de nombreuses personnes apprendront à connaître les samouraïs et la culture japonaise.

<https://budojapan.com/>

### 素振り Suburi



<https://www.facebook.com/reel/1081118957279432>



## Calendrier prévisionnel de la saison 2025-2026



### Calendrier prévisionnel des stages 2025-2026

Mis à jour	04/08/2025		* : Sous réserve de changements en cas d'impératifs !			
mois	jour	date	horaires	nature	Sensei	lieu
septembre	sam.	6-sept.	10h-13h	Interclub Nord-Sud	Barcarès-Cabestany-Wattignies	Wattignies
	sam.	27-sept.	15h17h	Stage privé	Bruno ZANOTTI (7e Dan)	Cambrai
octobre	sam.	4-oct.	14h30-17h30	Stage de ligue		
	dim.	5-oct.	9h30-12h	Stage de ligue		
	sam.	11-oct.			Préparation Brevet fédéral	Liévin
	dim.	12-oct.			Préparation Brevet fédéral	Liévin
novembre	sam.	1-nov.		stage privé	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
	dim.	2-nov.		stage privé	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
	sam.	8-nov.		formation à l'évaluation	Membres du CTR	Maubeuge
	sam.	15-nov.	14h30-17h	Stage Junior		
	dim.	16-nov.	10h-12h	Stage privé*	Laurent DAMBRINE	Douai
	sam.	29-nov.	14h30-17h30	Stage de ligue	Bruno GONZALEZ (6e Dan)	
	dim.	30-nov.	9h30-12h	Stage de ligue	Bruno GONZALEZ (6e Dan)	Ronchin
décembre	sam.	6-déc.			Préparation Brevet fédéral	Liévin
	dim.	7-déc.			Préparation Brevet fédéral	Liévin
	sam.	6-déc.		stage privé	Marc BACHRATY (6e Dan)	Nomain
	dim.	7-déc.		stage privé	Marc BACHRATY (6e Dan)	Wattignies
	dim.	21-déc.	10h-12h	Stage privé*	Laurent DAMBRINE	Sin-le-Noble
Janvier	sam.	10-janv.	14h30-17h30	stage privé	Stéphane GOFFIN	Pont-à-Marcq
	sam.	17-janv.	14h30-17h30	Stage de ligue Aïkido	Patrick BENEZI (7e Dan)	Maubeuge
	dim.	18-janv.	9h30-12h	Stage de ligue Aïkido	Patrick BENEZI (7e Dan)	Ronchin
	dim.	24-janv.		stage privé	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
Février	dim.	1-févr.		passages de Grades		Marcq-en-Baroeul
	sam.	7-févr.	14h30-17h	Stage Junior		
	dim.	8-févr.	10h-12h	Stage privé*	Laurent DAMBRINE	Sin-le-Noble
Mars	sam.	7-mars		formation à l'évaluation	Membres du CTR	Vieux-Condé
	sam.	14-mars			Préparation Brevet fédéral	Liévin
	dim.	15-mars			Préparation Brevet fédéral	Liévin
	sam.	28-mars	14h30-17h30	Stage de ligue	Fabrice CROIZE (6e Dan)	Vieux-Condé
	dim.	29-mars	9h30-12h	Stage de ligue	Fabrice CROIZE (6e Dan)	Cambrai
Avril	dim.	5-avr.	10h-12h	Stage privé*	Laurent DAMBRINE	Sin-le-Noble
	dim.	17-mai	10h-12h	Stage privé*	Laurent DAMBRINE	Douai
Mai	sam.	30-mai			Examen Brevet fédéral	Liévin
	dim.	31-mai			Examen Brevet fédéral	Liévin
Juin	sam.	6-juin	14h-17h30	Petits Samourais		
	dim.	13-juin		passages de Grades		Vieux-Condé
	sam.	20-juin		AG		Villeneuve d'ascq
Juillet						
Août						

**INTERCLUB  
AIKIDO**

**NORD-SUD**

L'AIKIDO CLUB DE WATTIGNIES RECOIT LES CLUBS D'AIKIDO DE  
BARCARES ET DE CABESTANY

**LE SAMEDI 06 SEPTEMBRE**

**DE 10H à 13H**



Marie Pierre GARCIA 2<sup>ème</sup> DAN

Christophe CABRERIZO  
5<sup>ème</sup> DAN

Michel DOMINGO 3<sup>ème</sup> DAN

Éric CHIMENTO 3<sup>ème</sup> DAN



Pierre Michel COULY 5<sup>ème</sup> DAN  
Membre du CTR Occitanie



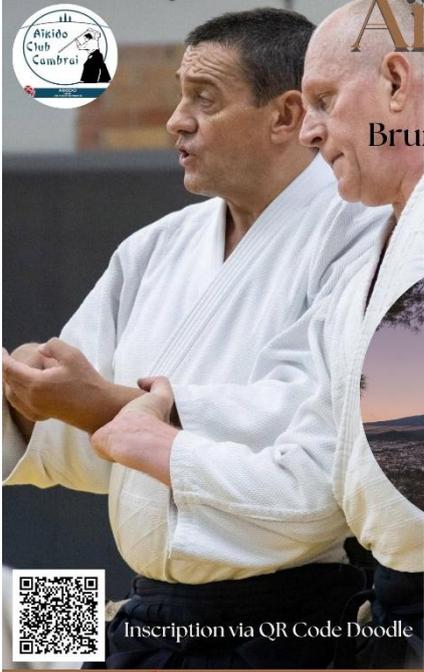
Claude PETIT 6<sup>ème</sup> DAN  
Membre du CTR Hauts de France

**SALLE PIERRE DE  
COUBERTIN  
WATTIGNIES**

Stage gratuit : amener Jo ken tanto

CONTACTS  
DAVID : 06 50 35 48 90  
PATRICE : 06 64 98 37 78

Samedi 27 septembre 2025


Inscription via QR Code Doodle

# Aikido

Stage dirigé par  
**Bruno ZANOTTI**

7<sup>ème</sup> Dan Aikikai  
de Tokyo



De 15h à 17h  
Inscription : 20€  
Renseignements  
06 75 21 80 26



Gymn. Carpentier rue de Londres, Cambrai

Vous êtes invités : BBQ party à l'issue

Avec l'aimable participation du Crédit Agricole Cambrai



## AIKIDO LUXEMBOURG

# Mitsuteru Ueshiba

### 55 years anniversary seminar

October 4th and 5th, 2025

Please find all information about the seminar location, accommodation, catering, ... at

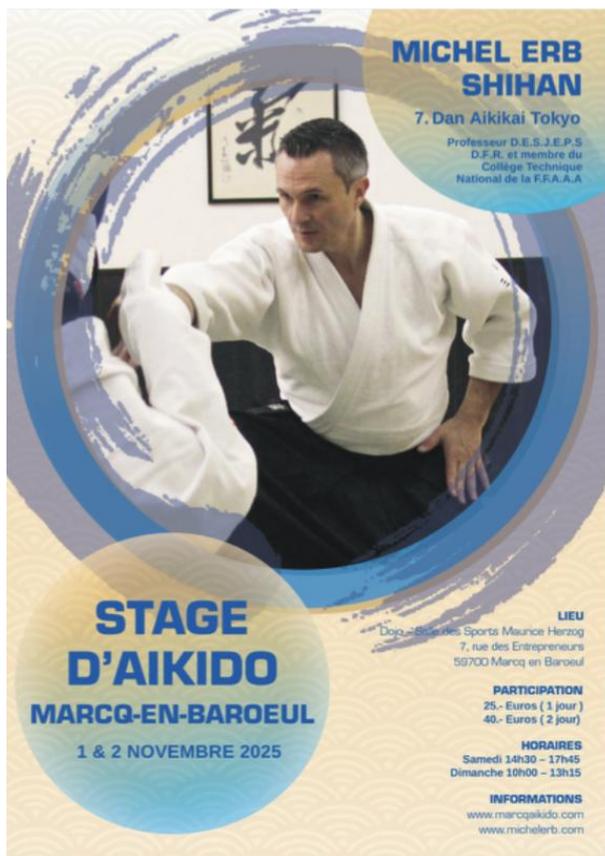
<https://flam.lu/aikido/55-ans-aikido-au-g-d-luxembourg/>



公益財団法人合気会  
AIKIKAI FOUNDATION




<https://flam.lu/aikido/>



Retrouvez le calendrier complet

- des stages initiés par la ligue,
- et des stages privés qui nous ont été signalés dans la région.

Ce calendrier est mis à jour en temps réel au fur et à mesure des informations disponibles à l'adresse suivante : <https://aikido-nordpasdecalais.fr/events/>. De nombreux stages privés viendront bientôt s'y ajouter.



## Echos des réseaux sociaux



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



**HANA DOJO Phalempin**  
arts martiaux et self défense

**AIKIBUDO**      **HONODO JURUTU**      **SELF DEFENSE**

**SAMEDI de 14h00 à 17h00**      [hana-dojo.blogspot.com](http://hana-dojo.blogspot.com)  
rue du ponchelet, Phalempin      contact : 06.22.02.26.24

**Espace Vacances Sports** : Un art martial méconnu et qui le mérite pourtant... Une belle initiation donnée par Fabien. Et oui ! Il a de multiples talents. Bravo à tous les petits samourais et ninjas du jour et merci à Fabien de l'Aikido Club de Liévin

**AKIDO CLUB DE LIÉVIN**  
**Pas-de-Calais**  
**30 juillet 2025**

**Parents - Enfants**  
2 juillet 2025

Dernier cours de la saison au club d'Aikido de Pont-à-Marcq ! Voici quelques extraits de ce moment partagé entre enfants, parents et pratiquants de tous âges. Merci à tous les pratiquants, aux familles, aux enseignants et à celles et ceux qui font vivre le club tout au long de l'année.

On se retrouve le 3/09 pour la reprise et les inscriptions ! À très bientôt !

**PONT-À-MARQ**  
**Nord**  
**30 juillet 2025**

Tout dernier cours de la saison, bonnes vacances à toutes et à tous !  
Rendez-vous le 3 septembre pour la nouvelle saison.

**PONT-À-MARQ**  
**Nord**  
**30 juillet 2025**

On passe à l'action. C'est cela aussi l'aikido à Ronchin, se retrouver en dehors des tatamis pour partager des moments agréables.

Ronchinois es et ronchinois, rejoignez nous à partir de septembre dans la joie et la bonne humeur au dojo pour la pratique.

**RONCHIN**  
**Nord**

Les vacances... ...propices aux rencontres !

Merci à Aikido Millau de m'avoir accueilli à l'occasion de mes vacances dans la région afin de participer à un stage de Christian Pogorely Sensei

**HANA DOJO AIKIBUDO Phalempin**  
**PHALEMPIN Nord**

**L'été de toutes Les Fiestas**

**Aikido Piednoir**  
**Ville de Valenciennes Nord**

**Les qualités techniques de l'Aikibudo**  
- août 03, 2025

L'Aikibudo, art martial méconnu du grand public, incarne une synthèse unique entre tradition et efficacité technique. Héritier de l'Aikido et influencé par le Daito-Ryu Aikijujitsu, cet art martial met l'accent sur l'harmonie, la fluidité et la précision des mouvements. Cet article explore les qualités techniques qui font de l'Aikibudo une discipline à part, alliant souplesse, stratégie et maîtrise du corps.

Origines et Philosophie  
L'Aikibudo, développé au XIXe siècle par Maître Akin Furoku, s'inspire des techniques ancestrales du Daito-Ryu Aikijujitsu, tout en intégrant des éléments modernes issus de l'Aikido et d'autres arts martiaux japonais. Son nom, composé de Aiki (harmonie avec l'énergie) et de Budo (voie martiale), reflète sa philosophie : canaliser l'énergie de l'adversaire pour neutraliser une attaque sans violence excessive. Cette approche, à la fois physique et spirituelle, repose sur des principes techniques d'une grande finesse.

**HANA DOJO AIKIBUDO Phalempin**  
**PHALEMPIN Nord**  
Pour en savoir plus : <https://hana-dojo.blogspot.com/>

**Rentrée le 6 septembre**

Les dojos étant fermés, une belle randonnée fut la bienvenue ce jour. Le tour du Lac du Val Joly, 20 km ! Et comme l'aikido ne nous quitte jamais vraiment, petit arrêt au bord du lac, à l'endroit même où l'an dernier, au Stage d'été, Arnaud Waltz, nous avions pratiqué les armes, le ken en focurrence. Ici, au lieu de ken, nous avons utilisé nos bâtons, pour un enchaînement miroir, peu orthodoxe il est vrai !

Fin de parcours avec de bonnes glaces, bien méritées. Rendez-vous est pris pour retourner ce weekend afin d'y pratiquer les armes, cette fois dans les règles de l'art. Et retour au dojo le vendredi 5 septembre !

**Soire le Château**

**AIKIDO Nord**

**Invitation**

Bonjour à tous les aikidokas,  
Avis aux pratiquants, de tous les clubs, intéressés par une pratique des armes en extérieur, dimanche matin 10 août.

Le lieu est le Val Joly (Epee Sauvage) Rendez-vous au centre de la station, devant le kiosque faisant face au parking 1, à 9h30.

De là, nous marcherons un peu afin de pratiquer sur l'herbe, en bordure du Lac. Il ne s'agira pas d'un cours mais d'une pratique libre, en collaboration. Sauf si un enseignant est présent et qu'il désire donner un cours, bien entendu. Au plaisir de vous y retrouver,  
Claude

**Soire le Château Nord**



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](mailto:aikido.ligue.npdc@gmail.com)

## 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 brouillilles 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 !!!

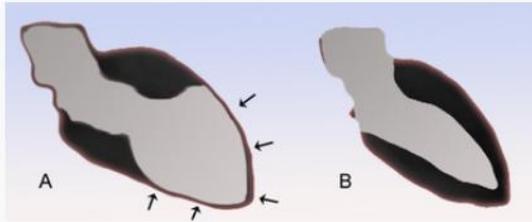
Par Dominique Aliquot

### 102 – Tako Tsubo et le syndrome du cœur brisé

Source : La Voix du Nord du dimanche 7 février 2021

Le syndrome du cœur brisé ou Tako Tsubo a été décrit pour la première fois par les Japonais en 1990. Il est le plus souvent réversible mais il faut le prendre au sérieux quand il advient car il correspond à une urgence cardio-vasculaire. Les chocs émotionnels (perte d'un être cher, rupture amoureuse, annonce d'une maladie...) mais aussi physiques (intervention chirurgicale infection, accident,...) souvent associés à une fatigue intense peuvent provoquer cette cardio myopathie de stress. Le Tako Tsubo, son autre nom, est le nom d'un piège à poulpe en japonais. Le cœur paralysé prenant la forme de ce piège en forme d'amphore. Ses symptômes sont alors proches de l'infarctus (douleur et oppression dans la poitrine palpitations, essoufflement, sensation de malaise,...). Appeler le 15 !

## Syndrome de tako-tsubo



Schémas du ventricule gauche, l'un atteint de cardiopathie **tako-tsubo** (A) et l'autre pas (B).



### Pour en savoir plus :

- Sur le syndrome Tako Tsubo : [https://fr.wikipedia.org/wiki/Syndrome\\_de\\_tako-tsubo](https://fr.wikipedia.org/wiki/Syndrome_de_tako-tsubo)
- Sur le tako Tsubo :
  - Un Tako Tsubo de 1900 : <https://www.japanese-vintage.org/tako-tsubo-1900>
  - Une artiste céramiste pauline Guerrier : <http://cargocollective.com/Paulineguerrier/Tako-Tsubo>

### 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](mailto:aikido.ligue.npdc@gmail.com)
- ✚ Télécharger et imprimer cette lettre et/ou Retrouver tous les numéros d'Aïki Ch'ti cliquez sur ce lien : <http://aikido-nordpasdecalsais.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, Kinomichi et disciplines associées

- Site Nord-Pas-de-Calais : <http://www.aikido-nordpasdecalsais.fr/>
- Site Picardie : <http://www.aikido-picardie.fr/>
- Contact Hauts-de-France : [aikido.ligue.npdc@gmail.com](mailto:aikido.ligue.npdc@gmail.com)

