



AÏKI CH'TI

N°263

Août 2026

Éditorial

Un entre-deux proactif

Une période estivale marquée par un entre deux des plus raccords : avec, d’une part, les clubs qui poursuivent la pratique de la saison en cours d’achèvement — et pour certains lors de stages d’été plus ou moins récurrents — et les autres qui préparent déjà activement la rentrée de septembre, les actualités ne manquent pas.

Par ailleurs en musardant de-ci, de-là, on a trouvé quelques pages de lecture édifiantes.

À parcourir et méditer sans modération, en attendant que la nouvelle saison démarre sur les chapeaux de roues !

Bonne lecture à toutes et à tous.

François PENIN



Président de la Ligue des Hauts-de-France – FFAAA

Table des matières

Saint-Amand-les-Eaux : un échange Aïkido / Karaté de tradition.....	3
Le dernier Aïkiclub est paru !.....	4
Un entretien de bruno Zanotti paru en région de Loire	4
Un entretien de Guillaume Erard dans Karate Bushido magazine : Science et conscience.....	5
Maître Tamura : L'esprit du débutant	6
Aikido ou judo pour votre enfant ? Les différences expliquées aux parents.....	6
Le coin du vidéaste	7
Hiroshi Tada Sensei	7
Te gatana, d el'utilisation de la « main sabre » par Okamoto Shihan.....	7
Développer les sensations	7
Stéphane GOFFIN.....	7
Calendrier prévisionnel de la saison 2026-2027	8
Echos des réseaux sociaux.....	9
Nipponeries Insolites	11
123- Robot-moine : on n'arrête pas le progrès !.....	11





Saint-Amand-les-Eaux : un échange Aïkido / Karaté de tradition

Nous voulons partager une initiative que l'on essaie de faire tous les ans avec le club de Karaté (KTBC de Saint Amand Les Eaux) : un cours conjoint Aïkido / Karaté pour partager nos disciplines entre pratiquants d'autres Arts Martiaux.



La démarche s'est déroulée en 3 temps :

- Un cours enfant d'1h30 avec 30 minutes d'échauffement commun, 30 minutes d'Aïkido et 30 minutes de Karaté (23 mai, juste avant les examens du BF pour s'aérer la tête)
- Un cours Adulte d'Aïkido d'1h30 avec tous les pratiques Aïkido / Karaté (même jour que les enfants, 23 mai)
- Un cours Adulte de Karaté d'1h30 avec tous les pratiquants Aïkido / Karaté, le 20 Juin.

Il en est ressorti de bon échange sur le tatami, la prise de conscience de tous les adhérents de la complexité des autres arts martiaux, et la remise en question de nos pratiques, que ce soit sur la manière de porter des atemis, ou bien l'engagement dans un Kumite / Combat.

Mathieu MANSION



Le dernier Aïkiclub est paru !

Au sommaire de cette édition estivale : l'adaptation de nos pratiques face aux fortes chaleurs, les stages et la licence d'été, les formations CQP MAM et les cursus 5e et 6e Dan, ainsi que les dernières actualités de l'Aïkimag et de la boutique fédérale.

Ce numéro vous accompagne également dans la préparation de la saison 2026-2027, avec les tarifs de la saison 2026/2027, le calendrier fédéral, les opérations « Septembre bouge » et « Fête du Sport », ainsi que l'appel à projets Impact 2026.

Bonne lecture !

<https://aikido.com.fr/aikiclub-ete-2026/>



Un entretien de Bruno Zanotti paru en région de Loire

« Je repars prochainement au Japon »

ENTRETIEN

Bruno Zanotti était donc le professeur d'aïkido qui encadrait le stage international de Saint-Rémy-la-Varenne. C'est un professeur renommé qui s'est formé au Japon après avoir commencé l'aïkido dans le nord de la France. Lors de son séjour dans la commune, il a répondu à nos questions.

Comment avez-vous découvert cet art martial ?

Bruno Zanotti : « J'avais 15 ans et un après-midi, j'ai vu deux jeunes qui faisaient une démonstration sur une pelouse. Je leur ai demandé l'adresse et c'est ainsi que je me suis retrouvé au club de Cambrai (Nord). C'était un club dynamique où j'ai eu la chance de suivre des stages avec des professeurs d'aïkido réputés. »

Vous avez vécu une partie de votre vie au Japon, pouvez-vous parler de cette expérience ?

« Ces 18 ans au pays du soleil levant m'ont été très bénéfiques, j'ai travaillé avec tous les grands professeurs et j'ai suivi les cours au centre



Bruno Zanotti, 7^e dan d'aïkido.

PHOTO : CO

mondial de l'aïkido. J'ai notamment suivi l'enseignement de Yamaguchi Seigo, élève direct du fondateur de cet art martial. Quand je suis rentré en France, j'étais 4^e Dan. »

Quelles sont vos activités aujourd'hui ?

« Depuis que je suis rentré en France, en 1997, j'encadre des stages comme celui de Saint-Rémy partout en France. J'enseigne aussi dans les clubs de Valenciennes, Wasquehal, Cambrai et Mons. Aujourd'hui, je suis membre du collège technique d'aïkido, c'est-à-dire que je suis char-

gé de veiller à la cohérence pédagogique, d'animer les stages fédéraux et de participer aux jurys de grades. Je suis actuellement 7^e dan, l'un des grades les plus élevés. »

Quel est votre meilleur souvenir en tant que professeur d'aïkido ?

« C'est le jour où j'ai vu un pratiquant comprendre, véritablement, profondément, ce que je lui disais. »

On annonce que c'est votre dernier stage à Saint-Rémy, qu'en est-il ?

« Normalement je repars prochainement au Japon auprès de ma famille mais ce n'est peut-être qu'un faux départ, il se pourrait que je revienne à Saint-Rémy-la-Varenne si la Fédération française d'aïkido parvenait, avec des clubs de différentes régions, de Saint-Rémy, et de pays extérieurs comme la Belgique, l'Italie et l'Espagne, à mettre en place un programme d'un ou plusieurs mois pour que je puisse faire mon retour. En attendant, j'espère que mes stagiaires pratiqueront l'aïkido pendant encore de nombreuses années. »

Source : non signalée par l'éditeur facebook Loire Aïkido

Un entretien de Guillaume Erard dans Karate Bushido magazine : Science et conscience

La part belle au débat sans fin « aikido et sef defense »



Magazine Karate Bushido : Le débat sur l'efficacité de l'aïkido dans des situations réelles fait toujours rage. En tant que pratiquant de ces deux disciplines (l'aïkido et le Daito-ryu), quelle est votre position ?

Guillaume Erard : L'aïkido prétend-il être efficace dans la rue ? Si vous lisez les écrits d'O Sensei ou les documents publiés par l'Aikikai, absolument rien ne suggère cela. L'argument contre l'efficacité de l'aïkido me semble donc erroné. C'est à la minorité d'aïkidokas qui revendiquent cette efficacité de défendre cette position, et non à la communauté de l'aïkido de le faire à leur place.

Quant au Daito-ryu, il était autrefois considéré comme un système très efficace, mais dans un contexte très spécifique. Takeda Sokaku et Ueshiba Morihei enseignaient, entre autres, à des militaires et à des unités des forces de l'ordre. Aujourd'hui, cependant, les paramètres d'intervention sont bien différents, et le programme officiel du Daito-ryu est largement dépassé en tant que système d'autodéfense ou d'intervention policière. Cela dit, il était déjà dépassé à l'époque d'O Sensei.

Cela vaut pour tous les arts martiaux traditionnels. À partir du XVI^e siècle, le bujutsu a pris le sens d'« arts de vivre » plutôt que celui de simples systèmes de combat. Puis vint la transformation du bujutsu en budo après la Restauration Meiji. Personne ne demande aux pratiquants de kendo ou de kyudo s'ils sont efficaces. Honnêtement, je suis surpris que la question se pose encore.

[...]

Poursuivre la lecture de l'article (en anglais) :

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=1638212867670724&set=a.692448272247193>

Maître Tamura : L'esprit du débutant



« On peut dire que l'Aïkido est plus facile pour les débutants que pour les pratiquants plus aguerris. Une des raisons est que, lorsque l'on progresse, on commence à mettre un hakama, puis une ceinture noire, puis bientôt on est 3^e Dan. Tout cela renforce votre ego, et c'est ainsi que l'Aïkido devient plus difficile. L'Aïkido consiste à se nettoyer de tout cela, à éliminer cette poussière qui encombre et qui limite. C'est par ce nettoyage, ce travail d'élimination de votre ego que vous pouvez devenir plus libre.

Il ne faut jamais oublier votre plaisir lorsque vous venez sur un tatami. On le sent aussi avec ceux avec qui on pratique : avec certaines personnes, c'est immédiatement agréable de pratiquer quel que soit leur niveau ; avec d'autres personnes il y a beaucoup moins de plaisir. Si votre ego est trop fort, vous cherchez toujours à avoir le dessus, à bloquer, que vous soyez uke ou bien Tori. C'est immédiatement désagréable pour le partenaire. L'Aïkido consiste à se nettoyer de tout cela. Si nous pratiquons et progressons tous dans ce sens, je crois qu'il est possible de construire quelque chose de bien autour de nous. »

Source : Aïkido Annecy sur Facebook



Aïkido ou judo pour votre enfant ? Les différences expliquées aux parents

par Alban publié sur le site de Shoshin Dojo Besançon

« Vous êtes parent et votre enfant — disons entre 6 et 10 ans — veut se lancer dans un art martial japonais. Franchement, c'est une excellente idée ! Ces disciplines sont des outils incroyables pour structurer un jeune, que ce soit au niveau physique, mental ou moral. Mais, avouez-le, la plupart d'entre vous pensent d'abord au judo, et c'est tout à fait légitime. Le judo est le cousin populaire de la grande famille des arts martiaux. Comme l'aïkido, c'est une méthode d'éducation avant d'être un sport mais le judo bénéficie d'une couverture médiatique et d'une popularité qui font un peu d'ombre aux autres disciplines, malheureusement plus confidentielles.

Alors, devant le tatami, en tant que parent, comment s'y retrouver ? Comment départager l'art de la souplesse (judo) de l'art de l'harmonie (aikido) ? Sans prétendre résoudre cette question éternelle, nous allons décortiquer pour vous les points clés qui différencient les deux pratiques pour les jeunes pratiquant-e-s. L'objectif, c'est que vous fassiez le choix le plus éclairé pour votre futur-e petit-e budōka.

[...]

Lire la suite : <https://shoshindojo.fr/actualites/aikido-ou-judo-les-differences-expliquees-aux-parents/>

- Coopération ou compétition ?
- Deux manières de grabdir : corps et esprit
- Conclusion

Le coin du vidéaste

Hiroshi Tada Sensei



<https://www.facebook.com/reel/1028752509826095>

Te gatana, d el'utilisation de la « main sabre » par Okamoto Shihan



<https://www.facebook.com/reel/2209333883148781>

Développer les sensations



Pour le dernier cours de la saison, on a tenté de développer les sensations ! C'était une chouette expérience !

<https://www.facebook.com/reel/1004596132556133>

Stéphane GOFFIN



<https://www.facebook.com/reel/838332502463875>



Calendrier prévisionnel de la saison 2026-2027



Calendrier prévisionnel des stages 2026-2027

Mis à jour	26/07/2026					
mois	jour	date	horaires	nature	Sensei	lieu
septembre						
octobre	sam.	3-oct.	14h30-17h30	Stage de Ligue	Bernard PALMIER (7e Dan)	Vieux Condé
	dim.	4-oct.	9h30-12h	Stage de Ligue	Bernard PALMIER (7e Dan)	Wattignies ou Loos
	sam.	10-oct.	14h30-17h30	stage privé	Stéphane GOFFIN (7e Dan)	Pont-à Marcq
	sam.	31-oct.	14h30-17h45	stage privé Spécial 40 ans du club de Marcq	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
	dim.	1-nov.	10h-13h15	stage privé Spécial 40 ans du club de Marcq	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
novembre	sam.	7-nov.	9h30-12h	Rencontre enseignants	DFR - Philippe TRAMON (6e Dan)	Maubeuge
	sam.	7-nov.	14h30-17h30	Préparation Dan	Membres du CTR	Maubeuge
	sam.	21-nov.	14h30-17h30	Stage de Ligue Juniors		
	dim.	29-nov.	9h30-12h	Stage de Ligue 40 ans du Club de Marcq-en-Baroeul	Christian TISSIER (8e Dan)	Marcq-en-Baroeul
décembre	sam.	12-déc.	14h30-17h30	stage privé	Marc BACHRATY (6e Dan)	Wattignies
	dim.	13-déc.	9h30-12h	stage privé	Marc BACHRATY (6e Dan)	Wattignies
Janvier	dim.	17-janv.	9h30-12h30	stage privé	Michel ERB (7e Dan)	Marcq-en-Baroeul
	sam.	23-janv.	14h30-17h30	Stage de Ligue - Armes et Aïkido	Patrick BENEZI (7e Dan)	Maubeuge
				Stage de Ligue - Armes et Aïkido	Patrick BENEZI (7e Dan)	Ronchin
	dim.	24-janv.	9h30-12h		Patrick BENEZI (7e Dan)	Ronchin
Février	dim.	7-févr.		passages de Grades Dan		Marcq-en-Baroeul
	sam.	12-févr.	14h30-17h30	Stage au féminin en association avec la FFAB		
	dim.	13-févr.	9h30-12h	Stage au féminin en association avec la FFAB		
Mars	dim.	7-mars	9h30-12h	stage privé	Dimitri CRENIER (6e Dan)	Douai
	sam.	13-mars		Préparation Dan	Membres du CTR	Vieux-Condé
	sam.	27-mars	14h30-17h30	stage de Ligue Juniors		
Avril	sam.	10-avr.	14h30-17h30	Stage de Ligue	Micheline VAILLANT-TISSIER (7e Dan)	Douai
	dim.	11-avr.	9h30-12h	Stage de Ligue	Micheline VAILLANT-TISSIER (7e Dan)	Ronchin
Mai	sam, dim, Lun.	30 avr., 1er et 2 mai		stage privé	Philippe ORBAN (7e Dan)	Calais
	sam, dim, Lun.	15, 16 et 17 mai		stage privé	Josette NICKELS (6e Dan)	Calais
Juin	sam	5-juin	14h-17h30	Petits Samourais		
	dim.	12-juin		passages de Grades Dan		Vieux-Condé
	sam.	19-juin		AG		Villeneuve d'Ascq
Juillet						
Août						

Séminaire Estival

Arthur FRATTINI

5° Dan UFA

22 & 23
AOÛT
2026



« Ancienne Distillerie »
23, bd de la Gare,
27540 Ivry-La-Bataille

• Horaire :
Samedi : 10h-12h30 / 14h-16h30
Dimanche : 10h-12h30

• PAF :
Complet : 40€
Journée : 30€
½ journée : 20€



Pré-inscription / info :
aikido.ivry@gmail.com
Tel : +33 6 58 45 78 08

ARTHUR
アルチュール

FRATTINI
フラティーニ

AIKIDO CLUB
IVRY-LA-BATAILLE

NORMANDIE

ffkd

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/>

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



Comme tous les ans le club Aïkido de Caudry a offert aux jeunes du centre aéré de Caudry une journée découverte le club a accueilli 2 groupes en juillet.



Nous remercions également Alexis et Zoé qui ont bien voulu aider à encadrer ces jeunes.





Hier only, nous avons eu le grand plaisir d'accueillir notre ami **Nicolas Vanhemsberghe**, pour une séance d'Aïkido Matsubata Ryo-ryu en partage.

Une ceinture noire à l'honneur

Cette soirée a été marquée par la remise officielle de la ceinture noire d'Alexis, obtenue en juin dernier. Une belle récompense qui vient saluer son travail et sa persévérance. Pour marquer cette étape, Alexis a eu le support de devoir animer la première demi-heure de cours dans la soirée. Un défi relevé haut le main. Prochaine étape : le brevet 10ème Dan.

Un invité d'honneur sur le tatami

Nous avons également eu le plaisir d'accueillir **David Teyssier**, nous remercions la mairie d'Esplanade pour son accueil. Nous le remercions chaleureusement pour son ouverture d'esprit : il nous a fait l'honneur de monter sur le tatami pour s'ajouter à notre affiliation. Merci également à lui pour les photos et le retour très amical qu'il a publié sur sa page.

Nos pratiques & fin de saison

Il nous reste 2 séances avant de prendre une courte trêve estivale. La reprise pour la nouvelle saison se fera dès le 1er septembre d'août. Un grand bravo à Alexis, merci à nos invités pour leur présence, et pour encore, très belles vacances à toutes et à tous.





Cours vacances : les horaires sont les suivants :

- > Mardi : de 20h à 21h30
- > Vendredi : de 20h à 21h30



Marcq en Barrois




Entraînement les mardi et jeudi soir dans le plus beau des dojo






REPRISE DES COURS

Aïkido Mensuel – Cercle Aïkido

LUNDI 7 SEPTEMBRE 2025

HEURE	COÛT	ADRESSE
18h - 19h	10€ - 20€	40000/01
19h - 20h	10€ - 20€	40000/02

Signe de Barrois

Centre de formation




TOMODACHI AÏKIDO

PROCHAÎNES SOIRÉES :

Adhès : 7 SEPTEMBRE 18h30 - 20h00

Enfants : 9 SEPTEMBRE 14h30 - 16h30

COÛT GRATUIT




AÏKIDO CLUB SAIGON

Le club Aikido de Saigon est ouvert à tous les niveaux. Les cours sont animés par des professeurs expérimentés. Les horaires sont les suivants :

SAIGON, 2025/2026

Adhès : 10€ - 20€

Enfants : 5€ - 10€

Le club Aikido de Saigon est ouvert à tous les niveaux. Les cours sont animés par des professeurs expérimentés. Les horaires sont les suivants :

SAIGON, 2025/2026

Adhès : 10€ - 20€

Enfants : 5€ - 10€




Le stage dans le Périgord noir a bien commencé !




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 brouillies 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

123- Robot-moine : on n'arrête pas le progrès !



Source : Voix-du Nord du 1^{er} mars 2026

Aïki Ch'ti Mode d'emploi

- 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 et/ou Retrouver tous les numéros d'*Aïki Ch'ti* cliquez sur ce lien : <http://aikido-nordpasdecalais.fr/medias/aiki-hti/>
- 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-nordpasdecalais.fr/>
- Site Picardie : <http://www.aikido-picardie.fr/>
- Contact Hauts-de-France : aikido.ligue.npdc@gmail.com