

📍 **CHERBOURG-OCTEVILLE.** A la salle Nordez fin mars

Belle participation au stage d'aïkido



→ Les 40 aikidas sur le tatami cherbourgeois.

LE CLUB cherbourgeois et la fédération régionale d'aïkido, ont organisé un stage samedi 25 mars. Il était animé par Serge Houard, un enseignant 5^e dan originaire de Seine-Maritime.

Un art martial japonais

Cette belle journée de rencontre a réuni 40 personnes venues du calvados, de Seine-Maritime ou de la Manche, des hommes et femmes âgés de

10 à 65 ans... L'aïkido est en effet une discipline universelle, qui peut être exercée à tout âge avec une pratique qui ne nécessite pas l'utilisation de la force physique.

Créé au Japon il y a près d'un siècle, la pratique de l'aïkido est arrivée en France dans les années 60. C'est un art martial non violent, sans compétition qui privilégie l'union plutôt que l'opposition. Le but est d'utiliser la force du partenaire pour la retourner contre lui. Une technique de défense idéale qui a pour objectif de convaincre sans humilier.

Le club de Cherbourg a le privilège d'avoir 2 enseignants 5^e dan. Alain et Dany, ils possèdent tous deux des années de pratique et s'entraînent régulièrement au pays du soleil levant. Pays, où ils n'ont pu retourner qu'au mois de février, car avec la pandémie, le Japon avait fermé ses frontières jusqu'à fin 2022.

Diplômés au Japon

Lors de leur voyage ils ont eu le privilège de recevoir leurs diplômes des mains même du Doshu, grand maître d'Aïkido.

Dany qui est également la présidente du club cherbourgeois explique avec le sourire : « Vu les problèmes engendrés par le covid, nous avons reçu nos diplômes 3 ans après les avoir passés mais peu importe, nous avons hâte de partager les connaissances acquises » Car les aikidas sont tous à la même école, celle de la tolérance, du respect, de l'harmonie et de la solidarité.

► Infos : aikido-cherbourg.fr 02 33 93 36 59.